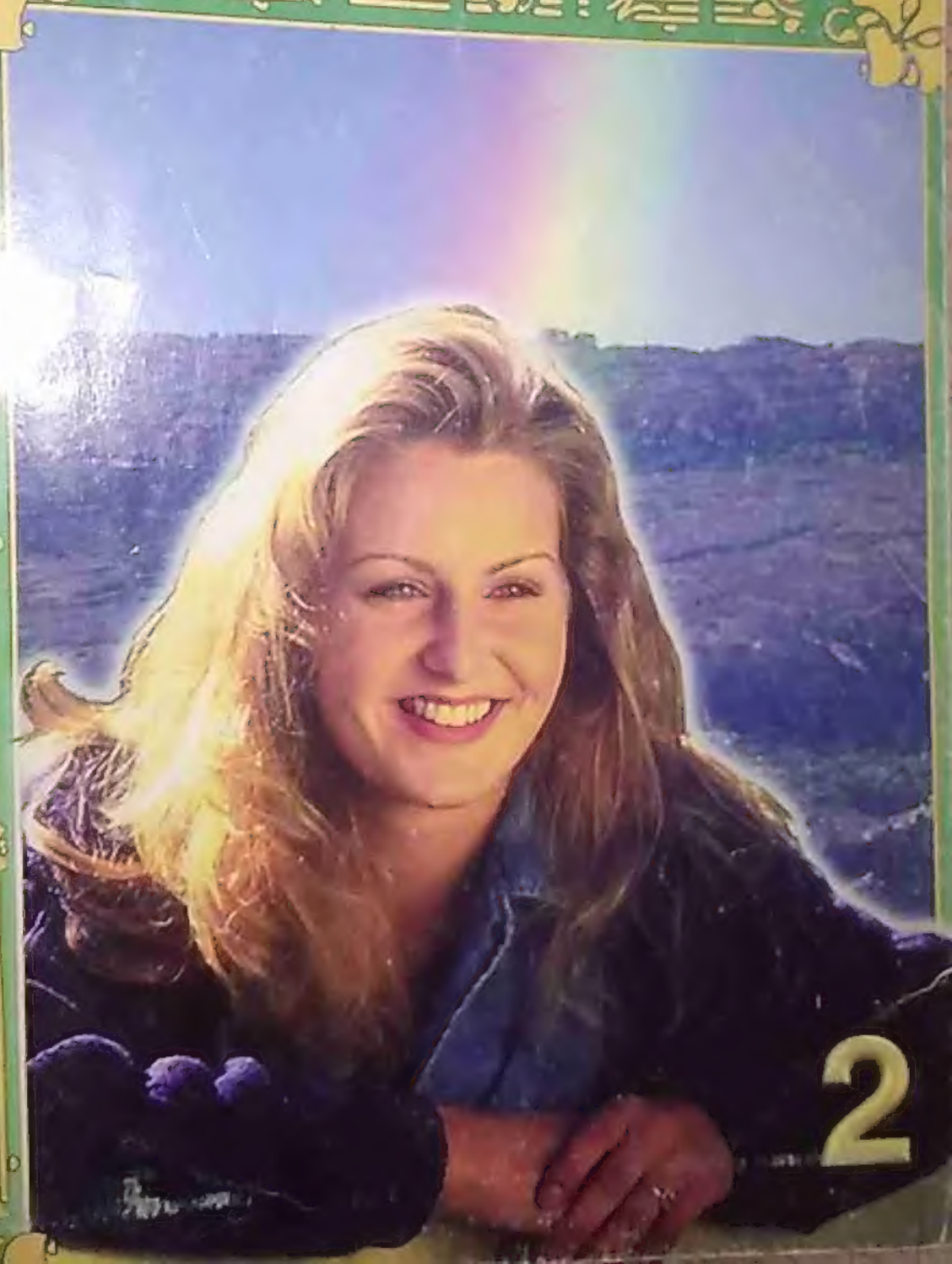
PHOTOS BY ANDREY G AKA DONUT190

А.Н. НЕУМЫВАКИН, Л.С. НЕУМЫВАКИНА

ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ



2

И.П. Неумывакин
Л.С. Неумывакина

ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ

Книга вторая

4-е издание

Санкт-Петербург
«ДИЛЯ»
2000

ББК 53.54
Н 57

Неумывакин И.П., Неумывакина Л.С.

ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ. *Книга вторая*
4-е издание. — СПб. «ДИЛЯ», 2000 г. — 240 с.

Во второй книге авторы раскрывают возможность сохранения чистоты внутренней среды организма, т. н. эндоэкологического состояния, биоэнергетическую сущность человека, рассказывают о гармонии сексуальных отношений и уринотерапии, даны рекомендации по наиболее распространенным заболеваниям, таким как катаракта, глаукома, диабет, онкология и др., доказывая, что ваше здоровье зависит от вас самих.

Все права защищены.
Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.
Данная книга не является учебником по медицине.

ISBN 5-8174-0064-2

© И.П. Неумывакин, 2000
© «Диля», 2000
© Оформление «Диля паблишинг», 2000

ЭНДОЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

Одним из животрепещущих вопросов является тема о нарушении экологического равновесия практически на всех уровнях (воздух, вода, пища, земля). К сожалению, никто не обращает внимания на эндоэкологическое состояние внутренней среды человека, от которого зависят любые его жизненные проявления.

В чем же кроется причина, первооснова нарушений в организме, которая в конце концов приводит к «поломке»-заболеванию независимо от его характера (этиопатогенеза). Неужели, если больного, по понятиям официальной медицины, «вылечили», устранив только внешние ее проявления, симптомы, а оставшиеся в организме причины готовят новые сюрпризы один коварнее другого, выхода из этого нет? Ведь уже не только для людей в пожилом возрасте, а все более молодом жизнь превращается не в радость, а хождение по мукам с торбой «неизлечимых» заболеваний, которые ложатся тяжелым бременем на близких, окружающих, государство?

Да нет, выход есть, и чем раньше будете его знать и главное делать, тем меньше будет у вас проблем со здоровьем.

Сейчас трудно кого-либо удивить тем, что экологическая ситуация во многих странах, в том числе и в России, поставила людей на грань выживания. Дело все в том, что экология — наука об окружающем нас мире —

включает в себя более емкое понятие, в которое входит все, что мы называем Вселенной. В ней все должно находиться в гармонии макро- и микрокосмоса, причем эти понятия относительны друг друга. Например, человек по отношению к Вселенной представляет собой песчинку, а по отношению к тем же микробам, населяющим наш организм, — макрокосмосом. Причина же разлада с окружающим нас миром находится внутри нас, поэтому выздоровление на всех уровнях надо начинать с самих себя. Взять, например, качество воды, влияющее на наше здоровье. Оказывается, от того, что мы пьем, зависит не только наше здоровье, но и генотип человеческой популяции. Не надо никого убивать, а просто пить воду, которая течет из крана. Своими «техногенными» достижениями мы довели Россию, богатейшую страну по своим водным ресурсам, до того, что более 70 регионов пользуются некондиционной водой и в ближайшее время ни в одном проекте природопользования никаких положительных мер не предусматривается. Наоборот, постоянное ухудшение экологической обстановки бактериальными, химическими и другими загрязнениями вынуждает использовать для обеззараживания воды хлор. Однако при применении воды, в том числе и кипяченой, образуется производное хлора — диоксин, который, медленно накапливаясь в организме, как раз разрушает иммунную, эндокринную, репродуктивную и другие функции, не говоря уже о том, что мы пьем ржавую воду. Упоминание о воде и ее важности для внутреннего состояния связано со следующими обстоятельствами. Дело в том, что наш организм, если рассматривать его в целом, состоит из двух составляющих: органы, занимающиеся специфической деятельностью, будь то желудок, сердце, мозг и др., и их стромы, соединительные ткани. Известно, что организм человека формируется из трех зародышевых листков: эктодермы (голова, кожа), энтодермы (внутренние органы) и мезодермы — соединительно-тканных

структур, основными функциями которых являются защита, питание, опорная, сократительная. Соединительная ткань представлена жидкой частью (кровь, лимфа, межтканевая, внутриполостная, спинно-мозговая жидкость), студнеобразная (хрусталик, стекловидное тело глаза, суставы), волокнистая, мышечная ткань и твердая — кости, хрящи. Волокнистые соединительные ткани пронизывают все тело и содержат межклеточное вещество — ретикулярную мезенхиму, являющуюся самой большой фильтрационной системой, собирающей в себя все отработанные клетками вещества и с помощью лимфы доставляющей их в главный фильтрационный центр — печень. Так вот, соединительно-тканная струк-тура занимает более 80 % общей массы тела, а в мозгу — более 90 %, и именно здесь, а это еще и эпителиальные ткани, выстилающие внутренние органы, будь то кишечник или железистые, секреторные органы, лежит начало любой патологии. К сожалению, до настоящего времени официальная медицина если еще продолжает говорить о загрязнении окружающей среды (воздух, вода, пища), то ***совершенно не обращает внимание на эндоэкологическое состояние организма, что,*** по нашему мнению, ***является первопричиной любого заболевания.***

Как уже было сказано выше, официальная медицина продолжает декларировать и лечить следствие, а не причину болезней. Болезнь же — это образ жизни, при котором нарушена гармония между внутренним состоянием и внешними факторами и дают сбой три «С» — самодисциплина, саморегуляция и самолечение. Оказывается, искусственного вмешательства можно избежать, будь то лекарственное средство или использование других методов лечения, ибо человек как саморегулирующаяся система может сам навести у себя порядок, только ей не надо мешать.

Но главное, что должно стать основным направлением при лечении любого заболевания, независимо от

его характера, это очистка эндоэкологической среды организма, чему автор посвятил более 40 лет своей врачебной практики.

По данным биолокации, зашлакованность организма (по состоянию печени) у детей до 5 лет должна быть 2–3 %, 5–12 лет — 5–6 % и у взрослых — 8–12 %. По т. н. физиологической норме у всех пациентов, обращавшихся к нам, эта зашлакованность достигала у детей 25–30 %, а у взрослых до 50–55 %. Т. е. если к печени доставляется отработанная в тканях жидкость, то она соответственно очищается на 50–75 % и ваши клетки т. о. живут и работают в невыносимых условиях, задыхаясь от токсических продуктов. И пока вы не восстановите, не очистите внутреннюю, эндоэкологическую среду хотя бы на 50 % больше физиологической нормы, излечить вас нельзя.

До сих пор, например, нас пугают избыточным холестерином, что связывают с атеросклерозом, инфарктом, инсультом, преждевременным старением и т. п. Еще на заре своей научной деятельности Е.К. Чазов доказал, что здесь дело не в холестерине, а в образе жизни. Без холестерина ни одна клетка жить не может, получаете вы его или нет, организм сам должен его вырабатывать. В последнее время появилась новая гомоцистеиновая теория возникновения атеросклеротического процесса (Мак Калли, США). Гомоцистеин — это аминокислота, содержащая атом серы, которая под действием ферментов и витаминов в организме превращается в незаменимую аминокислоту — метионин, необходимую для синтеза белка и образования стромы, своего рода перемычек в мышечных волокнах, что помогает им сокращаться, и формированию коллагена, волокнистого каркаса костей. Вместе с тем, для синтеза гомоцистеина необходим ком-плекс витаминов В, особенно фолиевая кислота, которые при смешанном питании, что свойственно всем людям, и нарушении мембранного и полостного пищеварения (А. Уголев), в желудочно-кишечном тракте не

вырабатываются. Выходит, что это является первичным звеном образования атеросклероза, а вторичным — вторжение в «рыхлую» мышечную ткань и остеопорозную кость жировых вкраплений. Оказывается, что дело не в том, сколько вы съели мяса, молочных продуктов, а в плохой работе кишечника, печени, когда нарушается первичный механизм образования основы различных соединительно-тканных структур (А. Алексеев).

Основной бедой медицины является переоценка собственных возможностей и недооценка защитных сил организма. Больного с помощью врача научили расслабляться, у него развивалась направленность не на здоровье, а на болезнь. Несмотря на 1000 болезней они протекают однотипно: реакция организма, боль, воспаление и соответственно строится схема лечения, независимо от характера заболевания: противовоспалительное, обезболивающее, общеукрепляющее средство и при онкологических заболеваниях добавляется химио- и радиотерапия. Спрашивается, неужели надо было учиться 7 лет врачу, чтобы все сводить к некоему стандарту лечения. Мы здесь не имеем в виду состояния, требующие срочной хирургической или реанимационной помощи, а также использования лекарственных средств при острых состояниях. Все очень просто, больной — это обеспечение работой громадной индустрии здравоохранения, техники, фармации, т. е. рынка, который живет за счет больного: чем их больше, тем «эффективнее» работает система. Оказывается, что на самом деле здоровый человек медицине не нужен, врачу платят не за вылеченного больного, а за их количество. Создалась парадоксальная ситуация: чем меньше больных, тем меньше зарплата и меньше врачей в штатном расписании. Мы всегда гордились, что в нашей стране врачей больше, как ни в одной стране мира. А что из-за их «профессиональной» гордости страдают люди, которым врачи не могут и не умеют помочь, во внимание не принималось. Конечно, сводить все к

тому, что медицина виновата в том, что у нас много больных и умирает больше, чем рождается, было бы абсурдным. Наше здоровье — это комплекс факторов, в которых социальная среда и условия жизни составляют 55–60 %, самого человека 35–40 %, и только в 10 % медицина выступает как «стрелочник». Немаловажной причиной кризиса в медицине является тот факт, что она продолжает рассматривать человека как линейную систему, представляющую собой набор простых составляющих, раскладывая их на отдельные элементы: кардиологию, пульмонологию, гастроэнтерологию и т. п., человеческий же организм, так же, как и другие живые системы, это нелинейные системы, представляющие собой единое целое, где все взаимосвязано, поэтому медицина, продолжая лечить только отдельный орган, уходит в прошлое. Появилась новая наука — синергетика, изучающая сложные системы в их взаимосвязи и рассматривающая человека не как сумму его частиц, а как нечто большее, объемное, голографическое понятие, где физическое и психическое слиты воедино и одно зависит от другого. Конечно, вы спросите, что же делать в создавшейся ситуации? В качестве альтернативы, при разрушении какой-либо системы на смену ей приходит более жизнеспособная, которая вбирает в себя все лучшее, что уже создано, и позитивные начала.

Те, кто интересуется своим здоровьем, вероятно, обратили внимание, что в большинстве случаев в различных книгах идет практически повторение одного и того же материала (а иногда просто переписывание). Причем, из-за излишних лирических отступлений, «воды», читатель не может найти необходимой информации, которая в ряде случаев носит некорректный характер. Это связано с тем, что многие авторы книг, не имея медицинского образования, пытаются решить вопросы, в которых они просто некомпетентны и вместо пользы приносят вред. Помимо этого, обывателю трудно отличить «плевелы от

зерен», ибо он любое печатное слово воспринимает как истину в последней инстанции. Вот почему на фоне накопленного опыта народного целительства создана «Профессиональная медицинская ассоциация народных целителей России», которая призывает объединить усилия официальной и многовекового опыта народных целителей для создания нового направления традиционной, интегративной медицины. Это должно стать прерогативой лиц, имеющих высшее медицинское образование. Такой союз фактически уже создан и функционирует более 2-х лет на базе Всероссийского научно-исследовательского центра народной медицины (Генеральный директор профессор Я.Г. Гальперин). В ученый совет по специальности «Этнология», официально зарегистрированной в ВАКе, в котором проходят защиты кандидатских и докторских диссертаций, входят доктора наук в области медицины, психологии, физики, информатики, математики, инженеры и др.

Настала пора оценку народным целителям, людям, имеющим медицинское образование и обладающим «Божьим» даром целительства, производить не официальной медицине, которая многие их подходы требует уложить в количественные и качественные границы, что в настоящее время в большинстве случаев не представляется возможным, а таким советам. На основании выданных специалистами рекомендаций органы официальной медицины обязаны будут выдавать удостоверения (диплом) Народного целителя. Это также будет способствовать тому, что пресекается деятельность различного рода «лжецелителей», которые продолжают дискредитировать перспективное направление в медицине, благодаря чему удастся выйти из создавшегося в ней кризиса.

В готовящемся в Государственной Думе документе среди 10 направлений медицины уже включен такой раздел как «Народная медицина (целительство)».

Конечно, в книгах мы касались того общего, с чего начинаются болезни, т. е. их профилактика и лечение, пока они не приобрели хронический характер. В тяжелых случаях необходимо обращаться в врачам — народным целителям, с которыми будете искать оптимальные пути выхода из создавшегося положения. Только нужно помнить, что все мы смертны и каждому судьбой определен жизненный путь, который зависит от множества факторов: здоровья родителей, желанности вашего появления на свет, воспитания вас как личности, предоставления условий для самореализации, отношения к своему духовному и физическому состоянию и т. п. Конечно, этому будет способствовать восстановление социальной справедливости, экономического процветания, общей культуры. Все остальное является вторичным. Если человек будет накормлен, защищен, обеспечен работой и жить в четко определенном правовом государстве (украл — ты жулик независимо от занимаемого положения, и должен понести соответствующее наказание и т. д.), то он свернет горы, а государство будет процветать. Но в любой ситуации вы должны быть грамотными в отношении своего здоровья и не рассчитывать, что кто-то за вас что-то будет делать (мы здесь не имеем в виду состояния, требующие неотложных вмешательств). Ведь многие из нас не задумываются о тех последствиях, которые связаны с различными извращениями нашей жизни: алкоголь, курение, наркотики, «легкая» жизнь, лишенная нравственных начал, и т. д. Конечно, когда государство совершает революцию (ре-з волюция - это хаос, разрушение), когда все хорошие ростки уничтожаются, а взамен ничего нового, прогрессивного не предлагается, такому обществу не позавидуешь. Вот почему махровым цветом в стране растет преступность, наркомания, алкоголизм, проституция. В стране умирает больше, чем рождается, а родившиеся уже больны. Разве не удивительно, что богатейшая страна в мире, в которой находится 40 % всех

природных богатств, проживает 3 % населения земного шара, и занимающая 1/6 часть Земли, доведена до кризисного состояния на всех уровнях: нравственном, социальном, экономическом, правовом, экологическом и др., хотя мы должны, по «буржуазным» меркам, жить как арабские шейхи.

Народные целители пытаются возродить издревле существовавший в России подход к лечению вначале души, а потом тела, ибо только в единстве духовного и физического лежит путь к выздоровлению каждого из нас и общества в целом. Знающие люди предсказывают, что это обязательно произойдет в 21 веке, в эпоху Водолея. Дай-то Бог, чтобы так случилось. Для этого в России есть все предпосылки и как ни в одной стране самой историей подготовлена почва. Другое дело, что свойственную русским духовность, властьимущие с помощью заокеанских «друзей» стараются любыми средствами изжить указанными и другими методами. В физике известно такое понятие, как критическая масса. Народ России уже подошел к ней, последствия которой непредсказуемы, и главное, что можно затем потратить долгие годы на выход из социального взрыва.

В настоящее время очень много говорят о том, что наш организм – это энергоинформационная система, которая является составной частью Вселенной. Однако, несмотря на успехи в изучении энергетических процессов, происходящих в организме и в частности клетке, существует неоднозначное понятие о биополевой структуре человека, механизме его образования. На основании интегративных данных (В.Д. Шабетник, П.П. Гаряев, Г.Н. Петракович, Ю.А. Фомин и др), а также собственных исследований, основанных на эмпирических данных, мы попытаемся определить, что же такое биополе. Под понятием биополя подразумевается электромагнитное поле, лежащее в основе любого явления в Природе, Вселенной, излучаемое живой клеткой в процессе своей жизнедеятельности.

Работа нашего организма начинается с его структурной единицы — клетки, где есть всё необходимое для ее жизнедеятельности: переработка и потребление продуктов, выделение, превращение веществ в энергию и т. п. Однако процесс получения энергии и использования в клетке продолжает рассматриваться с точки зрения химических законов, при которых скорость протекания реакций не должна превышать 1×10^{-6} сек. Последнее означает, что в живой клетке не может быть квантовых взаимосвязей, протекающих с огромными скоростями. Вместе с тем имеются данные, что процессы биоокисления у нас не заканчиваются образованием аденозинтрифосфорной кислоты (АТФ), а высокочастотным электромагнитным полем и ионизированным протонным излучением. Оригинальную, основанную на последних достижениях различных дисциплин в развитии далее рассмотренной фрактальной физики (В. Д. Шабетник), теорию образования электромагнитного поля, происходящего в клетке, предложил доктор Петракович Георгий Николаевич. Вкратце она такова. До настоящего времени все те, кто изучал биоэнергетику клетки, считали, что митохондрии (электростанции клетки) при энергетических реакциях с огромной скоростью выбрасывают в цитоплазму клетки протоны-ионы водорода, рассматривая их как отходы энергетического процесса. Оказывается, что ионы водорода, в отличие от всех других (калия, натрия и т. п.), являются тяжелой элементарной частицей с массой, превышающей массу электрона в 1840 раз. Протон, входя в состав ядер, способен в переменном высокочастотном электромагнитном поле приобретать энергию ускорения, переносить и, не расходуя ее, передавать за счет ионизации атомам молекул, повышая их химическую активность. Таким образом, ионизирующее излучение в клетке является способом передачи энергии биоокисления из митохондрий в цитоплазму, что ранее приписывалось АТФ. Митохондрии, оказывается, не только обеспечивают

энергией клеточные структуры, но и при ее переносе, сливаясь между собой, образуют эффект резонанса, увеличивая напряженность вновь образованного электромагнитного поля. В этом процессе, конечно, принимают участие АТФ, железосодержащие белки — цитохромы, витамины, ферменты. Так как этот процесс происходит во всех клетках, то возникает синхронизация электромагнитных полей за пределами митохондрий в пространстве клетки и так по восходящей: беспрерывно сливаясь, образуют электромагнитные поля клеток, органов, частей и всего тела. Этими полями захватываются и ускоряются незадействованные в клетках протоны и вместе с образующимися электромагнитными полями выбрасываются по «меридианам»,биологически активным точкам в пространство. Энергия протонов и является тем рабочим механизмом, благодаря которому в неискаженном виде переносится вся информация о любых процессах, и т. к. она не смешивается, а только сливается с другими потоками, то по ним можно судить и определять состояние любого органа, что и делается по той же диагностике по пульсу. Так как в эритроцитах содержится железа больше, чем в других клетках, то это электромагнитное поле притягивается железом. По закону физики между железным сердечником и образованным высокочастотным переменным электромагнитным полем возникает электродвижущая сила, которая направлена в сторону очередного слияния электромагнитных полей против градиента давления в сторону венул, вен. С помощью этой ЭДС устраняется турбулентность крови, поддерживается отрицательный заряд в крови, что обеспечивает ее несмачиваемость. Помимо энергетических процессов, происходящих в митохондриях, аналогичный процесс происходит и в эритроцитах.

Известно, что молекула эритроцита имеет отрицательный заряд. Вырабатываемый в процессе биоэнергетической реакции в мембране эритроцита электрон захватывает входящий в состав гемоглобина атом железа — в

этом причина, почему в циркулирующей крови железо всегда 2-валентно. Другая часть «наработанных» электронов расходуется на заряд всего эритроцита. Величина этих зарядов у разных эритроцитов различная, в зависимости от его возраста. Удивительно, как эритроцит, имеющий диаметр в 3–4 раза больше капилляра, все-таки проходит через них.

Дело в следующем. Под давлением крови в капиллярах собираются «монетные столбики» эритроцитов. Так как они имеют форму двояковогнутой линзы, то в этом пространстве между ними в легких находится жировоздушная смесь, а в клетках кислородно-жировая пленка. В аэробных (кислородных) условиях свободнорадикальное окисление ненасыщенных жирных кислот клеточных мембран происходит как обычное горение, в результате чего образуется вода, углекислый газ и тепло. Помимо этого, в анаэробных условиях (недостаток кислорода) здесь же происходят реакции с образованием кетоновых тел (ацетон, альдегиды, спирты, в том числе этиловый, клеточный кислород, омыление жиров поверхностно активных веществ, т. н. сурфактантов). Так вот при создании давления в капиллярах между эритроцитами происходит взрыв-вспышка, как в двигателе внутреннего сгорания. Свечой здесь служит атом железа, переходящий из 2-х в 3-валентный, а если учесть, что в состав одной молекулы гемоглобина входит 4 атома железа, а их в одном эритроците около 400 миллионов, то можете себе предс-тавить, какова сила взрыва. Но это не приносит вреда, т. к. всё происходит в малом пространстве и на молекулярном уровне. Физики доказали, что на движущуюся в электромагнитном поле заряженную частицу действует сила Лоренца, которая закручивает траекторию движения, в частности эритроцита, расширяя при этом микрокапилляры и заставляя его протискиваться в отверстие, которое в 3–4 раза меньше самого эритроцита. Эта сила тем мощнее, чем выше заряд эритроцита и мощнее магнит-

поле, за счет чего улучшаются и обменные процессы в тканях, и быстрее устраняются патологические явления. Под влиянием вспышки в легких происходит стерилизация воздуха, выделяется вода, поддерживается температура тела. В норме ионы натрия находятся вне клетки, а отверстия во внешней оболочке мембраны, т. н. фенестры, заполнены молекулами ненасыщенных жирных кислот. В момент остановки монетного столбика и сжатия эритроцита, в капилляре в результате взрыва происходит выброс электронной и тепловой энергии, происходит свободнорадикальное окисление, освобождаются «окна» в мембранах клеток, куда устремляется натрий (за счет разницы концентрации вне и внутри клетки, протаскивая с собой воду и растворенные в ней вещества). В клетке происходит процесс в митохондриях, который рассмотрен выше, и теперь уже создавшаяся большая концентрация натрия выбрасывается наружу вместе с отходами клетки, которые вбирает в себя «похудевший» эритроцит, приобретая свою прежнюю двояковогнутую форму. Если эритроцит остается круглым или какой-то другой формы, то он потом будет изъят из кровяного русла и разрушен в печени: гемоглобин пойдет на образование желчи, а железо вновь используется для создания новых эритроцитов. Одновременно в просвет капилляров всасываются свободные молекулы кислорода и азота. Если раньше считали азот инертным газом, то американские ученые установили, что в двигателе внутреннего сгорания при температуре свыше 1000° С азот воздуха, соединяясь с кислородом, образует оксиды азота, вещества, обладающие довольно высокой химической активностью. Если представить себе, что такой же механизм происходит и в организме, то в принципе возможен в нем синтез активных соединений азота, а химикам известно, что в водных растворах (кровь) оксиды азота преобразуются в нитраты, а затем в аминокислоты — основы создания белковых структур.

Ведь известно мнение ряда исследователей, которые считают, что первичная молекула белка образовалась из азота воздуха при воздействии электрических разрядов и высоких температур. **Вот вам и термоядерный реактор организма, о котором все чаще стали говорить, но объяснить его не могли.** Становится понятным, почему в ряде случаев спортсмены при определенном режиме питания после марафона не теряют вес, а даже его увеличивают. Г.С. Шаталова также отмечала, что после многодневных переходов по пескам Каракумов, у участников похода при незначительном по калорийности питании, вес или увеличивался, или оставался неизменным.

Оригинальна точка зрения Петраковича Г.Н. на то, что эритроциты, по его мнению, не захватывают и не транспортируют кислород, а сами, путем свободнорадикального окисления ненасыщенных жирных кислот, в своих мембранах начинают производить молекулярный кислород и удерживать его в химических связях гемоглобина. Часть его располагается над мембраной под жировой пленкой, покрывающей эритроцит. Вот почему изменяются оптические свойства эритроцита, делая артериальную кровь ярко-алой, в то время как венозная кровь темно-красная, в ней кислорода содержится меньше. Теперь, когда вы представляете себе процессы, происходящие на уровне клетки, то можно определить понятие **«биополе», представляющее собой индивидуальное слабое высокочастотное переменное электромагнитное и протонное излучение, сохраняющее, несущее и передающее информационные процессы, начиная с клетки, органа, организма в целом, и его связи с окружающим пространством, Вселенной, и которое может изменяться в зависимости от его направленности: созидание (добро) или разрушение (зло).**

БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА. БЕССМЕРТНА ЛИ ДУША?*

В последнее время биоэнергетика привлекает все большее внимание людей, пытающихся понять сущность человеческого бытия. Нам представляется, что наиболее приемлемой теорией, объясняющей этот процесс, является электромагнитная теория, теория Мироздания, предложенная В.Д. Шабетником.

Суть этой науки заключается в том, что весь окружающий нас мир состоит из фрактальной структуры (фрактус — дробный, ломаный), фундаментом которой является электрический заряд, но не масса. Масса продукт образования электрическими зарядами (электроны, протоны, кварки и др.) всех геометрических форм физических объектов. Геометрия и структура материальных объектов приводит к явным электромагнитным эффектам, проявляемым в различных формах и известным нам как гравитация, сильные и слабые взаимодействия и очевидные электромагнитные. Сама по себе современная наука сводится к протоколированию проведенных экспериментов,

* В написании данного раздела книги принимал участие основоположник нового учения о Мироздании «Фрактальная физика» академик Российской академии космонавтики В.Д. Щабетник, за что мы выражаем ему свою искреннюю признательность.

и ввиду ограничения таких возможностей, безошибочно представляющих процессы и явления в пределах только 1%, она не может видеть законы, простирающиеся на неизведанные области, в том числе такие, как физика человека и его сознание. Для общего понимания проблемы изложим картину мироздания, включая биоэнергетическую сущность человека с позиции фрактальной физики, которая является как раз одним из возможных способов решения поставленной задачи.

Оказывается, человек, живущий на Земле, имеет космическое происхождение, что в общем-то не является новым. Земля, электрически заряженная отрицательно, несет заряд $-5{,}7 \cdot 10^5$ Кл (Кулон) и поле около 130 В/м. Эти данные, характеризующие параметры Земли, позволяют сделать вывод о ее строении: оболочка Земли около 80 км и внутри она заполнена газовой плазмой. Основой происхождения Земли и Солнца является комета. Комета, падая на положительно заряженное Солнце, у которой напряженность электрического поля составляла $6 \cdot 10^6$ В/м, переходила от падения к обращению вокруг Солнца отдельных сформировавшихся сферических образований, которые заняли орбиты примерно в одной плоскости. Фрактальная физика также раскрывает проблему времени, которое многие видят как незримый поток, а нынешняя наука стоит на позиции единства пространства и времени и отрицания равномерно текущего времени. На основе фрактальной физики время неподвижно, и поэтому информация о прошлом симметрична будущей, т. е. прошлое, в принципе, может оказывать влияние на настоящее и будущее в силу вечного существования информации о человеке, независимо от того, когда он жил.

Такая глобальная размерность времени отражает бесконечность пространства. Время, которое мы измеряем, является не физической сущностью, а показателем длительности процесса явлений и изменений, превращений одной формы материи в другую. Основные свойства

материи детерминированы, что свидетельствует о существовании Закона о всеобщей взаимосвязи явлений и их причинной обусловленности, в основе которой лежит электрический заряд. Поэтому в природе не существует закономерностей статистического типа, декларируемых нынешней физикой и наукой в целом. В реальности во Вселенной наблюдается проявление глобального закона всеобщего взаимодействия. Самым непосредственным выводом из наблюдений за природой, работой нервной системы человека является то, что проявление их жизнедеятельности имеет **общий электромагнитный характер.** Механизмом генерации электрических зарядов нейронов и клеток вообще являются особые классы белковых структур. На основе электромагнитной концепции Мироздания человек представляет собой энергоинформационную систему, входящую в общую систему Вселенной, и такое понятие о сущности определяет изменение сознания, при котором духовные ценности должны преобладать над материальными. Ведь сознание является одной из форм Мироздания, и поэтому представления современной науки о вторичности сознания явно вульгаризованы, рассматривая его как фактор эволюции многоклеточных организмов.

Клетка организма человека имеет электрический потенциал около 0,1 В/м, а напряженность электрического поля мембран приближается к напряженности электрического поля Солнца и составляет около 10^7 В/м. Благодаря такому электрическому полю и обмену веществ в клетках, тканях формируются энергоинформационные оболочки, разные по диапазону излучения: эфирные, астральные и ментальные. При этом волновой портрет человека индивидуален и не совпадает с другим. Телевизионные методы регистрации волнового портрета позволяют осуществить интегральную оценку индивидуума по критерию добра и зла. Так, у людей, осуществляющих насилие над другими, тело окружают оболочки в виде

темных сгустков, у духовных людей они носят голубоватый, желтоватый оттенок, а у обычных (посредственных) — преобладает зеленый цвет. Такой метод регистрации волнового портрета в цвете, в конечном счете, приведет к объективному выявлению неблагополучного состояния человечества и конкретно каждого из нас. Поэтому нет ничего удивительного в том, что до сих пор научная мысль не видела природу единой, электромагнитной по своей сущности, почему и ошибалась в определении фундамента мироздания. По ее разумению, фундаментом мироздания является масса, а тяготение Ньютоном односторонне предусматривалось только притяжением инертных масс, хотя в действительности мы наблюдаем и притяжение и отталкивание. Во Вселенной существует один закон всеобщего взаимодействия, где наблюдаются процессы притяжения и отталкивания заряженных объектов. Поэтому необходимо понять, что роль настоящей науки должна заключаться не в бесконечном накоплении фактов, а в осмыслении в свете определения добра и зла, т.е. нравственной, этической основы деятельности, что позволит прогнозировать несоизмеримость, нецелесообразность человеческого поведения.

Современная наука отрицает наличие Космического Разума, сознания, являющегося одной из форм мироздания. Фрактальная физика показала, что носителем сознания является чисто электромагнитная энергия, находящаяся в центре нашей Галактики в созвездии Стрельца. Форма Космического Разума напоминает форму головного мозга, вероятно в связи с этим в ранних библейских текстах писалось, что человек сотворен по нашему подобию. Космический Разум наполняет всю Вселенную информацией, а связь с другими носителями сознания, включая человека, происходит практически мгновенно благодаря ретрансляции информации через Солнце и другие звезды. Однако в процессе эволюции человека произошла блокировка мозга, ибо он в течение своей жизни

стремится не к истинному познанию, а к прозаическим сторонам жизни: еде, размножению, групповым интересам. Вот почему человек не обладает глобальными знаниями о мироздании, а делает свои умозаключения в связи с ограниченностью сознания, что и приводит человечество к тупиковой ситуации.

Все, что исходит от человека, не вечно, только глобальные знания, полученные от Космического Разума при соблюдении законов природы, будут истинными. Поэтому человек, не зная об истинной природе мироздания, подстегиваемый сиюминутными эгоистическими устремлениями, взрывает землю, выжигает озоновый слой ядерными взрывами, запуском ракет, полетами самолетов на больших высотах. Ведь озоновый слой находится на высоте всего 20 км и защищает все живое от солнечной радиации. Человека сегодняшнего дня не интересует истинное познание, он погряз в своих материально-низменных интересах, в результате чего произошло отчуждение от духовных ценностей. Ему безразлично (так как не знает и никто его этому не учит, все только декларируется), что озоновый слой, разрушаясь, приводит к изменению потенциала электрического заряда на Земле, создаваемой электростатической индукцией Солнца.

Одной из особенностей озонового слоя является то, что он не пропускает рентгеновское излучение. Однако сегодня рентгеновское излучение является дополнительным источником повышения заряда Земли. Так, мощность гамма-излучения в летний солнечный день в 1998 году в г. Москве составляла 13, а к полудню 26 мкР/час, что уже представляет опасность для организма. Если долго находиться на таком солнце, то могут развиться различные кожные заболевания, снижается работа иммунной системы, возникают депрессивные невротические реакции, что особенно сказывается на детях и пожилых людях. Кроме того, в связи с разрушением озонового слоя происходит потеря атмосферы, т. е. медленное прекращение жизни

на Земле, наподобие Марса. За последние 20 лет атмосфера Земли потеряла 20 мм своего давления, и сегодня среднее давление составляет всего 740 мм рт. ст. Помимо этого, разрушение озонового слоя в Северном полушарии до районов Байкала и в Южном до Австралии и Новой Зеландии приводит также к различным заболеваниям.

Земля, имея такую тончайшую оболочку (80 км), уже раскалывается, а континенты плавают на отдельных «льдинах». Этому способствуют мощные ядерные и другие взрывы, в связи с чем только с 1994 года количество глубокофокусных землетрясений увеличилось в 2–3 раза. Газовая плазма через разломы земной оболочки подогревает воду морей и океанов, что приводит к изменению температуры на земном шаре, которая в свою очередь повышается за счет жизнедеятельности человека. Ледники Арктики и Антарктиды интенсивно тают, что способствует в последнее время увеличению наводнений в 2–3 раза, а к 2030 году, по данным прогноза, произойдет потоп.

Человек живет в электростатическом поле, разность потенциала которого между ногами и головой составляет около 200 В, но в отличие от электрической сети оно воздействует на организм незначительно.

Так как человеческий организм представляет собой электрическую емкость около 50 пФ, то наведенная энергия составляет около 1×10^{-6} Дж. Такое изменение относительно человека приводит к увеличению притяжения к земле, ибо эта напряженность электрического поля около 130 В/м, деленная на 4π (4пи), определяет ускорение падения равным около 10 м/с^2, а соответственно, увеличение напряжения электромагнитного поля (сейчас 150 В/м) приводит к увеличению напряжения, своего рода гнета на человека. Вот почему человек стал сейчас чувствовать себя более неуютно на Земле, и только за счет дополнительной энергии защитных сил организма пока мы этого сейчас особенно не ощущаем.

В работах К. Циолковского, В. Вернадского, П. Флоренского, А. Чижевского и др. живое вещество планеты также рассматривается как неотъемлемая органическая часть планетарного и космического мира, в связи с чем основное положение русского космизма состоит в том, что живое вещество, его интеллектуальные, физические, материальные свойства всего лишь частица единого живого космического пространства.

Кроме того, экспериментальными исследованиями установлено, что если раньше напряженность электрического поля Земли, как вы уже знаете, составляла около 130 В/м, то сегодня уже 150 В/м. Это приводит к увеличению связей между Землёй и Солнцем, изменению ротационных параметров Земли: суточное замедление вращения Земли вокруг своей оси составляет уже 0,001 сек., а уменьшение периода обращения по орбите около 0,01 сек., что подтверждается геофизическими измерениями спутниковой системы. Последнее, в свою очередь, приводит к изменению времени года, ибо наша Земля блуждает по орбите уже на величину 3,6 млн. км, т.е. приближается к Солнцу. Вот почему так было жарко в 1998 году, т. к. летнее ускорение нашего светила наступило на месяц раньше обычного срока. Если не прекратим, в прямом смысле этого слова, издеваться, экспериментировать над нашей живой планетой, то ли еще будет! Несмотря на то, что все правительства и ученые знают об этом, все пребывают в безмятежном состоянии из-за косности мышления. Вот к чему привела всего-навсего ошибка человека в определении фундамента мироздания, не отдавая себе отчета, что любое частное проявление человеческой деятельности обязательно скажется на всеобщем процессе явлений во всей Вселенной.

Для выхода из кризиса автор «Фрактальной физики» предлагает конкретные рекомендации, которые остаются до настоящего времени невостребованными. Например, создание двигателей и получение энергии из структуры

пространства, что делает бессмысленным продолжение работ по использованию атомных станций, реактивных двигателей. В последнее время появилось новое понятие в физике – «торсионные поля» (Е. Акимов).

По утверждению В.Д. Шабетника, любое излучение — это электромагнитное излучение, отличающееся по своей геометрии и структуре (частотному диапазону): тепловое, рентгеновское, ультрафиолетовое и т. п., имеющее единую природу и представляющее собой электромагнитное взаимодействие объектов во Вселенной, в основе которого лежит энергоинформационный обмен, происходящий со скоростью, превышающей скорость света по меньшей мере в 10^{13} раз.

Так как один из авторов книги практически всю жизнь посвятил космонавтике, небезынтересен взгляд фрактальной физики на полет человека на другие планеты.

Известно, что электрический заряд Луны создает напряженность электрического поля в 20 В/м, что соответствует притяжению около 1,6 м/с^2. Положительный заряд Луны обеспечивает приливы морей и океанов высотой до 10 метров. За счет изменения электрического поля Земли в дневное и ночное время происходит увеличение высоты прилива еще на 5 метров, что также влияет на организм человека. Так как электрическое поле Луны отличается по знаку (оно положительное) и величине от электрического поля Земли, то здоровье на Луне будет нарушаться, что подтверждается обращением американских астронавтов, побывавших на Луне, к психиатрам.

Напряженность электрического поля на других планетах также будет значительно отличаться от земного. В.Д. Шабетник разработал рекомендации человеку при возможных его полетах к другим планетам. Так, в частности, при полетах со световой и более скоростями, космонавт должен находиться в состоянии анабиоза, ибо его нервная система не выдержит таких скоростей, а также следует предусмотреть создание биороботов.

В связи с тем, что приведенные материалы уже известны ученым практически всех стран мира, а при их реализации произойдет фактически переворот в науке, то мы считали своим долгом довести основные положения фрактальной физики до вашего сведения.

Академик В. Казначеев предупреждает человечество о том, что психические возможности человека могут быть использованы с помощью информационно-энергетических переносов для различных целей созидания или разрушения. В настоящее время ведутся интенсивные работы по выявлению возможностей считывания информации с любого человека, независимо от его желания, и вкладывания в него новой. Например, единомышленники, создавая мощную коллективную концентрацию энергии «эйдос», могут влиять на каждого из людей или на все человечество. Что доказал всей своей жизнью и деятельностью один из видных врачевателей человеческих дум, доктор филологических наук Ю.А. Андреев. Получается, что все в мире взаимосвязано. Если два человека находятся рядом, их квантовые оболочки пересекаются и по энергоинформационным каналам идет интуитивная связь, обмен информацией без слов. Вам хорошо или плохо, все зависит от того, с кем вы общаетесь. Существует народное поверье, что доброе слово приводит к добру, успеху в делах того, кому оно было сказано, и, наоборот, слова проклятия, злое пожелание влечет за собой болезни, неудачи. Известны случаи смерти людей в полном здравии, которые не могли аргументированно объяснить врачи. С помощью специалистов по биоэнергетике было доказано, что если с трех разных точек сильные экстрасенсы в определенное время направят свою отрицательную энергию в одну точку, человек может умереть от сердечного приступа, или от положительной энергии — вылечиться.

Сегодня процесс воздействия можно регистрировать, т. е. документировать созданными академиком Русской

академии А. Ф. Охатриным и В.Е. Хокайненом прибо-
рами. Необходимо помнить и знать, что, «нанося» удары
человеку, агрессор наказывает, в первую очередь, самого
себя, получая отраженный удар. Это словно возвращен-
ный кармический бумеранг.

Аутотренинг, медитация, ставшие для нас привыч-
ными, — это не что иное, как возвращение единства с
Природой, при котором процессы идут на подсознатель-
ном уровне, где у человека находится вся информация. Вре-
мени как такового нет, мы его придумали для удобства
жизни. Наша жизнь — это одновременно и мгновение и
бесконечность, когда будущего и прошлого в принципе так-
же не существует. Например, если мы будем готовы на
преступление против живого сейчас, то будущее просто
станет кошмарным. Процесс восприятия непрерывен так
же, как мы не можем разорвать мысль на части, это бес-
конечное образование, идущее на уровне биоинформа-
ционного поля, и которое может передаваться символами
или словами.

Самая большая ценность у человека — это жизнь, и
если бы мы осознавали, что каждый миг, возможно, пос-
ледний, то она была бы лучше. В Природе все живое об
щается электромагнитными сигналами, только у человека
эта способность притупилась. Многим известно, что
кошки, собаки, голуби могут находить своего хозяина,
например, переехавшего жить в другое место, за десятки
сотни километров. Как они это делают? Да на том же по
левом уровне. Вот почему для специалистов сейчас не
представляет трудности объяснить возможности экстра
сенса считывать любую информацию с живого или с не
живого объекта, будь то диагностика или нахождение
кого-либо предмета.

О каждом человеке, так же как и о неживом предмет
есть персональные сведения в ячейках Единого информ
ционного банка, находящихся в пока неизвестных нау
измерениях. Человек плетёт вокруг себя из тонкой матери

микролептонные оболочки, где причинно-следственные связи никуда не исчезают, и по которым можно сказать, жив он или мертв, болен или здоров. В настоящее время слово «экстрасенс» уже не вызывает того негативного отношения, которое было в недалеком прошлом. Правда, пора становления и, что особенно важно, практического использования этого явления, как говорит Ф. Ханцеверов, у нас в стране желают быть лучшими, в отличие от зарубежных стран, где экстрасенсы работают на государственном уровне. Возможности их порою удивительны: диагностика заболеваний, лечение, поиски пропавших людей, полезных ископаемых, считывание информации и т. д. Мы более 20 лет занимаемся вопросами использования этого явления в медицине. Основная цель, которая при этом преследовалась, заключалась в том, чтобы научиться использовать метод биолокации, не обладая выраженными способностями экстрасенса.

Известно, что каждый человек имеет собственное электромагнитное излучение, т. н. биополе, ауру, а своих возможностей не знает. Вспомните историю становления Алана Чумака как экстрасенса. Ведь он получил задание на телестудии разоблачить экстрасенсов как шарлатанов и подготовить разгромный материал. А что вышло?

Специалисты по биоэнергетике, определив энергетические способности Чумака, вывели его на ту дорогу, по которой он и идет, а обличающие материалы об этом новом направлении на телевидении делали уже другие люди.

В основу метода был взят способ биолокации или лозоходства, давно известный в геологии. Суммарная квантовая оболочка, окружающая человека, имеет у здорового индивида ровные контуры, которые могут меняться в зависимости от состояния, но находятся где-то в пределах 40–50 см. У здоровых людей, особенно физически и духовно богатых, биополе может увеличиваться от нескольких до десятков метров. Вы, вероятно, встречались

с людьми, которые как бы излучают энергию, в их обществе вам легко, вы не испытываете никаких неприятных ощущений. Просто вы находитесь в сильном положительном биоэнергетическом поле. Аура облекает человека, как надутый шарик, и тот, кто видит цвета биополя у здорового человека, отмечает бледно-зеленоватый, зеленоватый, желтоватый оттенок с ровными контурами. В случае заболевания помимо окраски (серые, темные тона, которые, как правило, бывают у злых, желчных людей) этот пузырь меняет свою конфигурацию: наблюдаются горбы, впадины, по которым определяют характер и степень выраженности заболевания. У больных биополе имеет тенденцию к уменьшению, например, при биополевой границе в 25–30 см у человека точно есть болезни, и чем аура меньше, тем ярче выражено это заболевание.

Чтобы заметить, как работает организм, надо дать ему физическую нагрузку и с помощью специальных приборов зарегистрировать характер изменения продольных волн у того или иного органа. Уже известно, что с началом болезни в органе меняется частотная характеристика излучения, которая отличается от генерируемой частоты здоровой клетки. Подбирая оптимальные характеристики электромагнитного поля с продольной компонентой, создавая «неудобный» режим колебаний и вводя их в организм в резонанс с больной клеткой, можно сбить ее с ритма, и она погибнет. Не в этом ли секрет работы экстрасенсов, которые, становясь излучателями электромагнитных полей, подавляют жизнедеятельность больных клеток или заставляют их работать в нормальном режиме? Так как информация с человека может считываться как непосредственно, так и по телефону, фотографии, фантому, подключаясь к Единому информационному банку, можно определить патологию или с профилактической целью узнать об изменениях, которые произошли в организме, но о чем еще не знает сам человек.

Рис. 1. Биополевые оболочки тела

Рис. 2. Биоэнергетическая структура человека (общий вид)

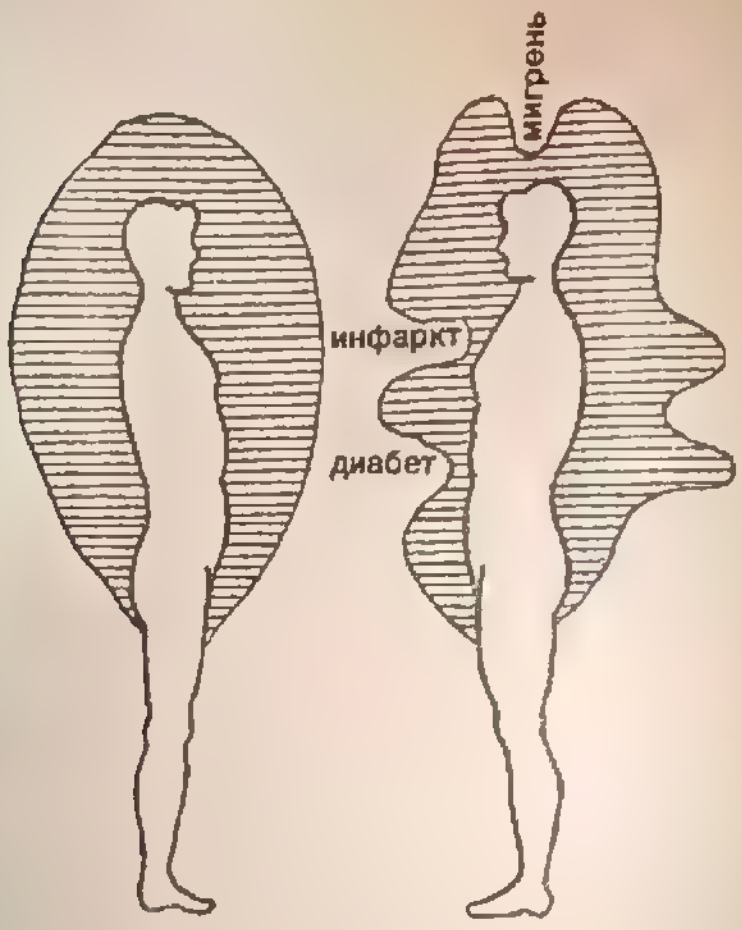


Рис. 3. Биополе человека
а — здорового, б — больного

Мы работаем с рамкой, выполненной из тонкой стальной проволоки толщиной 1–2 мм и длиною до 15 см. Проволока согнута под прямым углом при соотношении 1:2. Концы проволоки должны быть заострены, как антенны. Короткий конец рамки помещаем в трубку чуть большего диаметра, чем проволока, чтобы меньше был люфт. Края трубочки нужно зафальцевать, чтобы снизить инерционный момент до предела. Некоторые специалисты используют для этой цели даже агатовые подшипники. Эффективность биолокации определяется не конструкцией приспособлений, которых множество.

возможностями оператора. И хотя вы задаете вопросы по принципу: да — нет, есть болезнь, и какая, или нет, работа идет на подсознательном уровне, интуиции. Концы рамки — это антенна, вы — приемник или пациент — передатчик. При определенной тренировке точность диагностики с помощью биолокации очень высокая. Вы можете считывать любые показатели, как физиологические, биохимические, так и другие, в зависимости от поставленной задачи. Такой метод, особенно в руках врача, является незаменимым. он позволяет не только выявлять общее состояние организма, локализацию процесса и степень выраженности, что важно особенно при состояниях, когда пациент ещё не знает о том, что у него происходит внутри. Нам представляется, что в недалеком будущем на последних курсах медицинских и биологических вузов изучение вопросов биоэнергетики займет должное место так же, как и биолокация.

Кстати, помимо биорамки можно использовать маятник для определения пригодности продуктов: следует вам их есть или нет. Постарайтесь только работать на подсознании: рука должна быть абсолютно свободна, без напряжения, после соответствующей тренировки с помощью такого маятника можно также считывать любую информацию о прошлом, настоящем и будущем. Мозг человека представляет собой сгустки соматической биоплазмы, которая более эффективно работает как детектор, находясь в пассивном состоянии. Вот почему на грани сна и бодрствования, т. е. в состоянии медитации или аутотренинга, восприятие внешней информации возрастает, и мозг лучше настроен на частоту резонанса контура магнитосферы.

Овладеть методом биолокации может практически любой врач. Хорошо если это будет сочетаться с развитием экстрасенсорики. При этом он будет выступать не как узкий специалист, а как врач широкого профиля, рассматривающий человека в единстве и синхронности его

проявлений, понимающий зависимость возникновения тех или иных расстройств. Знание различных нетрадиционных подходов к больному человеку, основ раздельного питания, мануальной терапии, коррекции биополевой оболочки, возможностей природных факторов позволит врачу не только точно поставить диагноз, но и без лекарств вылечить практически любое заболевание при обязательном выполнении больным всех рекомендаций. Подтверждением этому может служить тот факт, что один из авторов книги, Неумывакина Людмила Степановна, врач с большим опытом работы терапевтом и рентгенологом, вылечила себя с помощью предлагаемых вам рекомендаций, когда медицина оказалась бессильной. Сейчас, освоив метод биолокации, она с успехом проводит считывание информации о прошлом, настоящем и будущем, осуществляет диагностику по фотографии, на расстоянии и с успехом лечит различные заболевания без использования каких-либо лекарственных средств.

Нельзя не сказать здесь о докторе эниологических наук В.В. Селивестренко, который, работая на тонком биополевом уровне, лечит любые, в том числе злокачественные, болезни (рак, который официальная медицина не может лечить, особенно в 3, 4 стадии), достигая при этом высоких результатов.

Очень важно работать на доверии больного к вам, душевном его настрое. Все это позволит, используя громадные резервные возможности организма, лечить людей независимо от того, чем они больны. ***Все в ваших руках.***

ГЕОПАТОГЕННЫЕ ЗОНЫ

В последнее время много говорят и пишут о геопатогенных зонах, их отрицательном и положительном воздействии. Что это такое?

Фрактальная физика объяснение тому дает следующее. В пространстве образуются вихревые зоны за счет электрической природы тяготения и магнитного действия между Солнцем и Землей, что создает не только своего рода между ними нити, но и трубы, пригодные даже для полетов кораблей со световой и выше скоростями и свободные от космической пыли, метеоритов. Такие вихревые структуры наблюдаются и между электроном и ядром. Эти структуры не являются электронейтральными, а имеют магнитное поле, имеющее слабые электромагнитные связи, и на границе вихревых зон образующее излучение 2,7, которое нынешняя наука ошибочно называет «реликтовым излучением». В ряде регионов Земли эти связи становятся очень сильными и там наблюдаются различные катаклизмы: землетрясения, наводнения, конфликтные ситуации между людьми, что тесно связано между собой. Сегодня установлено, что людей, осуществляющих насилие над другими людьми, окружают тяжелые микролептоны в виде серых или темных сгустков, оставляющих свой след и на портретах умерших (Охатрин).

Так как в Природе все взаимосвязано, при широком распространении социальной напряженности это темное облако биоэнергетических связей становится громадной разрушительной силой, последствия которой трудно предсказать. То, что наблюдается в ряде регионов бывшего Союза: разрыв тесных, в том числе родовых связей, межнациональные конфликты, в которых удовлетворение политических амбициозных устремлений превалирует над решением нравственных, экологических проблем, ведет к тому, что общество не имеет никаких перспектив, в таком состоянии долго существовать оно не может. Это в глобальном плане.

Если же вернуться к проблеме геопатогенных зон, то они существовали всегда, только им не придавали должного значения. С развитием биоэнергетики игнорировать

это явление невозможно. Дело в том, что на Земле помимо мощных геопатогенных зон существует довольно значительная геобиологическая сетка, линии которой идут с севера на юг на расстоянии друг от друга в 2 метра, а с запада на восток — 2,5 м. Если нарисовать такую сетку, то в местах их пересечений находятся плюс или минус.

Как доказано в последнее время, эта сетка уплотняется, уменьшается в местах разломов земли, в низинах, поймах рек, что еще больше сказывается на здоровье людей животных. Вот почему раньше жилища, как правило строили на возвышенных местах.

Геопатогенные зоны концентрируют не только электромагнитное излучение физических полей Земли, но и отрицательно влияют на здоровье людей. Дело в том, что если смотреть сверху, то в местах пересечения линий геопатогенные зоны образуют как бы сетку со сгустками энергии над плюсами и минусами. Как доказал В. Пичугин, эта энергия, которую он не только видит, но и фотографирует, идет снизу вверх. Что ещё характерно, эта энергия является питательной средой для так называемых «бесов», которые, по мнению В. Пичугина, М. Дмитрука и др., являются одной из разновидностей полевой формы жизни на низшем уровне. Эти отрицательные ЭМИ (бесы) живут в местах пересечения зон там, где электрические сети, и главное, в человеческих душах, психосфера которых также опутана темными мыслями, чувствами.

Непротивление злу — это основа жизни «нечистой силы», которая, как вампир питаясь энергией человека, превращает его жизнь в кошмар. Экстрасенсы, которые не умеют регулировать собственную биоэнергетику, в то время как индивидуальных, так и коллективных сеансов, воздействуя, пробивают ослабленную ауру людей, подпитываются и превращают человека в энергонезащищенного и энергозависимого, т. е. еще больше усугубляют его состояние, болезнь.

Оказывая влияние на тонком энергетическом уровне на психику человека, эти отрицательные энергетические сгустки могут даже принимать материализованные формы, образы (человек действительно видит чертей), от чего люди сходят с ума. В настоящее время погубленная душа, как считает М. Дмитрук, это средство существования нечистой силы, которая, провоцируя человека на греховные дела, вводит его в неустойчивое эмоциональное состояние, когда он меньше контролирует свои поступки, живет этой отрицательной энергией и делает человека больным, приводит к гибели. Вот где непочатый край работы для психиатров, которые должны наконец понять, что в зависимости от направленности биоэнергии можно быть как здоровым, так и превратиться в больного. Не в этом ли кроется сущность многих психических заболеваний, перед которыми официальная медицина, как правило, оказывается бессильной?

Спасение человека от «бесов» в одном: жить по праведному, христианскому пути. Неуязвимыми для всяческой нечистой силы становятся люди, не поддающиеся жадности, страху, гордыне, зависти, злобе, унынию, корысти.

Вера, надежда, любовь — это сила, которая делает вас устойчивой системой в биоэнергетическом плане. Если же у вас возникнут какие-либо проблемы, связанные с указанными выше процессами, то уже существуют способы и методы защиты от таких отрицательных геопатогенных зон, не говоря уже о специалистах, которые вам окажут биоэнергетическую помощь.

Эти отрицательные геопатогенные зоны можно определить с помощью маятника, нитки длиною 20 см, на конце которой привязать какой-либо предмет: кольцо, бусинку и т. п.

Над плюсом такой маятник будет вращаться по часовой стрелке, над минусом - против. Когда вы спите и

верхняя часть тела находится над плюсом, за счет посто-
янной аккумуляции отрицательной энергии вы можете
заболеть, в том числе и онкологическими заболеваниями.
Передвиньте кровать, поставьте её в центр квадрата,
проблем со здоровьем, при прочих равных условиях, не
будет (то же самое относится к месту, где приходится
проводить длительное время, например на работе). В
связи с этим следует знать, что спать надо головой на се-
вер, северо-запад, северо-восток. Кровать размещать по
центру комнаты и спать головой к окну. Если кровать
стоит возле стенки и упирается в прямой угол, это также
создает излишне отрицательное биоэнергоинформацион-
ное поле.

Обратите внимание, как строили дома раньше: углы
комнат были закруглены, так же, как и столы, тумбочки,
что создавало оптимальное комфортное условие для здо-
ровья. Имеются интересные сообщения, касающиеся
рождения детей. Если у вас рождаются всё время девочки,
а вы хотите мальчика, переставьте кровать на 90°, и как
по заказу получите то, что желаете. С изменением на-
правления силовых полей изменяется характер движения
сперматозоидов, они становятся более активными.

Что же делать, если у вас квартира малых размеров?
Для устранения неблагоприятного влияния геопато-
генных зон можно использовать канифоль, янтарь, вар,
железную руду, куски мрамора, битое зеркало, из расте-
ний — чеснок, лук, каштан, папоротник, разложив их на
лоточке под кроватью в местах плюса. Это связано с тем,
что любое живое или неживое вещество имеет свою ре-
зонансную частоту, отличие их только в том, что нежи-
вое имеет постоянную частоту, а у живого, как динамиче-
ской системы, она меняется, что может усиливать или
уменьшать свое электромагнитное влияние.

Не каждому подходят золотые изделия, например,
зубы или цепочки. Если вы заметили, что у вас усилива-
ются головные боли при ношении золотых изделий или

начались неприятности во рту – уберите золото. Многие люди давно обратили внимание на то, что за рубежом золотые зубы являются анахронизмом, там вставляют только индифферентные: фарфоровые, пластмассовые.

Хорошо влияет на состояние организма дерево. Дома имейте куски вашего дерева. Тополь или осина хорошо снимают головную боль, отрицательную энергию, если приложить кусок дерева к виску. Дуб, яблоня, берёза подкачивают, нормализуют положительную энергию, они хороши при заболеваниях сердца, положительно влияют на потенцию мужчин, женщин.

Дети и животные являются хорошими сенситивами. Ребенок, например, всегда будет невольно избегать зон, где в комнате плюс, поэтому поставьте кроватку там, где он играет. Кошка, наоборот, любит плюс, в то время как собака — нет, только нейтральное поле, т. е. в середине квадрата. Замечено, что в будку, которая стоит над плюсом, собака не войдет, и это не каприз. Переместите будку чуть в сторону, собака будет вам за это признательна и быстро освоит свой дом.

Курица никогда не поднимется на насест, стоящий над плюсом, и будет плохо нестись. Муравьи строят свои муравейники над плюсом. Дерево, стоящее над плюсом, болеет, например, у березы появляются чаги - своего рода рак дерева. То же самое наблюдается и у плодовых деревьев. Если вы заметили, церкви всегда стоят на пригорках, в местах, где нет геопатогенных зон, а их строительство начиналось так. Приюняли стадо овец, и там, где оно ложилось отдыхать, ставили церковь, конечно, учитывая ландшафт местности. Дома, построенные в низине, в пойменных землях, на дне высохших рек, т. е. в местах пересечения водных потоков, имеют повышенную геопатогенность. Здесь наблюдается повышенный риск онкологических, сердечно-сосудистых и аллергических заболеваний.

ВЫ ВСТРЕЧАЛИСЬ С ВАМПИРОМ?

Известна и роль психического фактора в развитии заболеваний: неосторожно сказанное слово, взгляд, конфликты, неурядицы — все это отражается на биополевой оболочке, внутреннем биоэнергетическом состоянии человека.

Психическое здоровье — это способность человека адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители, умение уравновесить себя с окружающей средой. Оно тесно связано с нравственностью, которая, по Далю, определяется как «воля, любовь, милосердие, страсть». Как видите, воля здесь поставлена на первом месте.

Что можно ожидать от человека, говорящего одно, думающего другое, а делающего третье? Мы говорим: он безнравственен, а с точки зрения биоэнергетики — болен. Если таких людей много — больно общество, система. Одним из самых тяжких грехов является ложь, обман. Обманывая себя и других, человек кривит душой, одновременно травмирует и провоцирует возникновение вначале функциональных, а затем патологических (психических) расстройств. В клетке меняется полярность мембраны, когда положительный заряд перемещается внутрь, а снаружи — отрицательный. Таких людей мы называем «живыми трупами». Особенно это страшно, если подобное чувство закладывается с детства. Злоба к людям, обида на них как бы ржавчиной разъедает души людей, делает смысл их жизни однонаправленным: обмануть, украсть, причинить другому горе, беду. Вот почему укоренившийся в нашей стране постоянный обман, особенно идущий от власть имущих людей, отучил их честно работать, жить по Законам Вселенной, тем самым уничтожая их нравственные начала и духовный мир. Честным же людям остается только уповать на лучшие времена и говорить, что подобное состояние, когда система постоянно находится в возбужденном состоянии, долго существовать не

может. Нравственность - - это, в первую очередь, правдивость во всем, вот почему мы сейчас так остро испытываем дефицит милосердия, распространенными стали конфликты, склоки, озлобленность, эгоцентризм. Психическое состояние тесно связано с физическим, т. е. здоровье во многом зависит от настроя, и все эти понятия: психическое, физическое, нравственное — как бы переходят друг в друга. Нарушение одного состояния — уже болезнь.

Человек, к счастью, столь совершенен, что вернуть его здоровье можно практически всегда, только необходимы усилия, которые возрастают по мере увеличения возраста и тяжести заболевания. Чтобы быть здоровым, как говорит А. Мартынов, надо вести праведную жизнь, формы которой могут быть разнообразными, но суть одна: человек должен находиться в гармонии с внутренней и внешней средой, а духовная сфера выше материальной. Чем выше духовный потенциал человека, тем больше вокруг него биополе, тем мощнее защита организма.

Из-за неправильного образа жизни, завистливого, властного, эгоцентрического характера, частых болезней, человек теряет много энергии, и для ее компенсации переходит на уровень вампиризма, когда начинает подпитываться не из Космоса, а от других людей. Бывает вампиризм неосознанный и осознанный. Например, человек, ушедший в болезнь, своим рассказом вызывает жалость у других людей, и одновременно подпитывается от них энергией. Это занудА, которым характеризуется «лунный» неосознанный вампир. Эти люди вечно всем недовольны, вошедшие в свои болезни, находят постоянного доброго, жалостливого слушателя, которому после этих разговоров становится плохо, а вампиру — хорошо.

Опаснее вампиризм осознанный, это «солнечный» вампир, у которого на фоне нормального состояния происходят немотивированные эмоциональные взрывы,

Например, мать по отношению к своим детям, начальник к подчиненным, делающие людей зависимыми от себя, создавая у них чувство псевдовины. «Я тебя люблю, а ты...», «Я тебе все отдала, а ты...», «Я делаю для тебя все, а ты...». В последующем такие люди становятся зависимыми от тех, кто обеспечивает их спокойствие, они становятся безвольными. Хотя все обставлено благородно и связь устанавливается добровольно, но результат один идет энергетическая потеря, когда одному после такой встречи – плохо, а другому хорошо. Компенсируется эта утечка энергии весьма своеобразно: немотивированное поведение, взрывные эмоции, алкоголь, курение, различные заболевания и даже самоубийства, которые можно рассматривать как безысходность и неумение уберечься от постоянных утечек энергии. А у вампиров возникает тяга к подпитке энергией не только от одного, но и от многих людей. Вводя их в эмоционально неустойчивое состояние, при котором люди быстрее теряют энергию, создавая конфликтные ситуации, такие люди особенно «руководители», чувствуют себя лучше. Все остальное их мало интересует.

Одна из самых действенных мер защиты от вампиров – не поддаваться на эти провокации, эмоционально не раскрываться.

Изучение энергетического обмена между людьми показало, что он оказывает косвенное или прямое влияние не только на семейные или производственные отношения, но и на здоровье.

ЧТО ТАКОЕ ЧАКРЫ?

В зоне кончика у нас минус, а в области головы плюс. Кстати, вокруг тела много потоков, идущих и справа на лево, и сверху вниз, и наоборот. Но основными являются энергетические образования, располагающиеся спереди вдоль позвоночного столба. Это своего рода

регуляторы психофизиологических процессов, нарушения в которых приводят к различным заболеваниям. Рассмотрим их расположение.

1-я чакра — зона Кундалини, центр жизненной силы, инстинктов на подсознательном, физическом уровне, находится в районе копчика. По мнению многих исследователей, именно здесь концентрируется жизненная сила, от которой зависит раскрытие личности, а некоторые даже называют его центром воли. Здесь расположен своеобразный энергетический котел, от которого зависит энергия воспроизведения потомства. Удары, ушибы в области копчика вызывают нарушения работы этой чакры — как правило, это тяжело больные люди.

Область копчика - это важная рефлексогенная зона, где находятся узлы парасимпатической нервной системы, регулирующей работу нижней части тела, живота и области таза.

2, 3 и 4 чакры объединяются в одно жизненное витальное понятие.

2-я чакра расположена в тазовой области на уровне лобка и ответственна за проявление низших вибраций — зависть, ревность, жадность, гнев и мочеполовую систему.

3-я чакра — центр физической энергии, расположена на уровне пупка в районе солнечного сплетения. Чем сильнее эта чакра, тем больше человек способен властвовать, подчинять, управлять. Именно от нее зависит создание гармонии между духовной и материальной сущностью человека и распределение энергии во все сферы организма. Здесь находится как бы склад психической энергии, ибо иметь собственные «котельные» для органов и систем организму просто невыгодно.

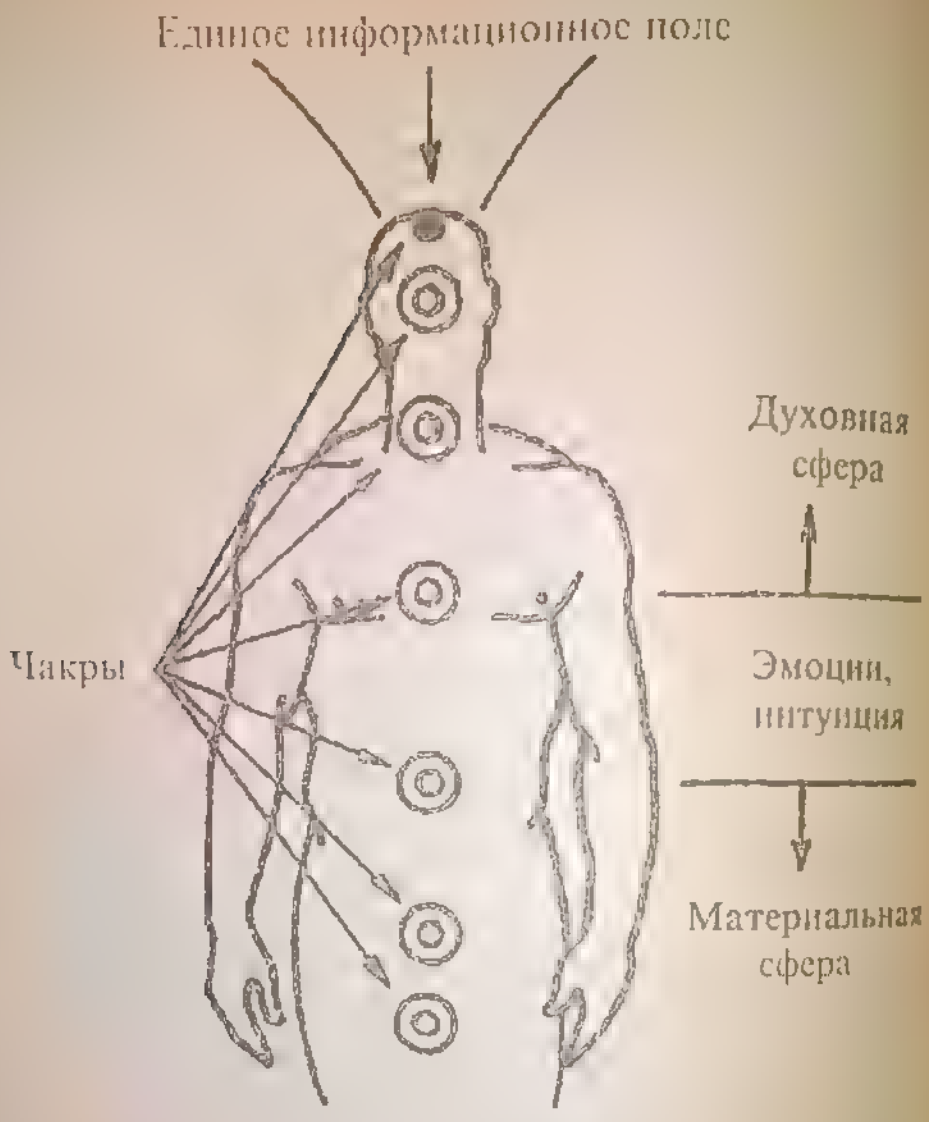


Рис. 4. Биоэнергетическая структура

4-я чакра — центр душевной энергии, т. н. душевная чакра, душа человека. Здесь концентрируется весь духовный опыт человека, находится склад памяти, процессы управления нашей эмоциональной деятельностью. Чем больше раскрыта эта чакра своей направленностью на Добро, Нравственность, тем лучше она раскрывает творческий потенциал человека, богаче становится его интуиция. Здесь находится «вещун», который на тонком духовном уровне предупреждает вас о направлении ваших действий, к чему мы, к сожалению, редко прислушиваемся, а первое впечатление, как правило, бывает наиболее точным.

5-я и 6-я чакры ответственны за интеллект, разум. 5-я чакра находится в области щитовидной железы и ответственна наше аналитическое мышление и эмоциональ-

состояние, 6-я чакра находится в центре мозга, в области шишковидной железы, между бровями и затылком. От этого центра зависят наши волевые процессы и управление мыслительной деятельностью.

И, наконец, 7-я чакра, духовный центр, управляющий нашим интеллектом, сверхсознание которого с помощью озарения, интуиции может выходить на связь с Космическим Разумом. Этот центр находится немного выше макушки, там, где находился четвертый родничок, зарастающий в черепе самым последним, и именно через него в детском возрасте к ребенку поступает максимум информации о своем прошлом.

Есть еще чакры в области сердца и поджелудочной железы.

Теперь представьте себе, что все эти чакры и другие биоэнергетические образования дышат, светятся и составляют сущность человека, окружают его защитными энергетическими оболочками, которые как матрешки входят одна в другую в виде кокона.

Одна оболочка расположена в основном вокруг верхней части тела, головы, характеризует уровень интеллектуальности и духовности человека – ***ментальное тело***, называемое ***душой*** (кстати, уровень интеллигентности никакого отношения к образовательному цензу не имеет, а связан с образом мыслей и духовной структурой). Как правило, у таких людей этот кокон окрашен в желтоватые, голубовато-зеленые тона, у злых, завистливых людей, – в коричнево-серые. С накоплением жизненного опыта этот кокон увеличивается в объеме.

Второй кокон характеризует эмоциональное состояние человека, т. н. ***астральное тело.***

Третий кокон (***эфирный***) характеризует физическое состояние человека, в него составной частью входит ***эфирное тело***. Все вместе они и составляют ***биополе*** человека.

Как мы говорили, до сих пор в отношении биополя существуют противоречивые мнения. Не оспаривая факт

его существования, одни считают, что биополе — это сумма физических полей, другие — что это совершенно особое поле. Как вы уже знаете, каждая чакра работает в своем диапазоне частот, но в согласованном режиме. Подсчитано, что только в клетке находится около 2000 митохондрий, этих маленьких электростанций, энергия которых на массу мышц равна энергии двигателя реактивного самолета, взлетающего вертикально, а КПД составляет около 80 %. Представляете, какой огромной силы энергия заложена в нашем организме, где все крутится, дышит, добывает энергию, расходует ее, утилизирует шлаки и т. п. Как на любом производстве, любая поломка — это сбой, нарушение ритмичности в работе, заболевание.

Каждая чакра работает так же, как и любой орган, в своем диапазоне частот, окраски и, как аккумулятор, имеет необходимую для своей работы энергию, но все чакры соединяются между собой. Чем свободнее и чище протекает энергия по позвоночному столбу, как биоэнергетической радиостанции, тем здоровее человек и лучше происходит обмен энергией, как по горизонтали (с людьми, животными, растениями, природой), так и по вертикали (с Космосом, ноосферой). Представим себе, что самая высококачественная биоэнергия вливается в организм человека через дыру Брамы, а трансформированная поступает с пищей, воздухом. Уже древние знали, что чем чище внутренняя среда организма с точки зрения духовной и физической сфер, тем лучше распределение биоэнергии по организму. Чем грубее работают чакры, чем зашлакованней организм, тем хуже проводимость системы, тем более низкие, животные инстинкты преобладают у человека.

Например, у вас постоянные головные боли, которые не купируются никакими лекарственными средствами. Дело здесь вот в чем. На уровне шейных позвонков появилась «энергетическая пробка», затрудняющая прохождение энергии. При этом верхняя часть тела находится

как бы в постоянном энергетическом голоде. Чтобы нормально существовать, организм начинает подсасывать энергию из Космоса через дыру Брамы. Потоки энергии, идущие сверху, встречаются с потоками, идущими снизу, как бы возле шлюза, и распирают энергетическую оболочку, вызывая сильные боли. Устранив эту пробку, можно практически мгновенно убрать и головную боль. Например, А. Мартынов находит пробки, чувствуя их ладонью, а потом выдергивает их, как гвозди. Мы применяем такой прием: одна ладонь находится в полусогнутом положении, когда указательный и большой палец соединены как бы в колечко, располагающееся параллельно позвоночнику (остальные пальцы согнуты), а другой ладонью делаем по этому колечку хлопок. Помните, как это вы делали в детстве, когда, положив на такой кружок листок, ударяли по нему и получали хлопок за счет разрыва листка?

СГЛАЗ, ПОРЧА. ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Биополе человека, ***аура*** — это довольно хрупкое образование, зависящее от того, в каком вы состоянии: уставший, здоровый, больной, и нарушить его ничего не стоит. Иногда человек жалуется на недомогание, а причину врачи не могут установить. Дело здесь, вероятнее всего, в потере энергии.

На Руси издавна известны такие понятия, как сглаз, заклятие, проклятие. В настоящее время можно с уверенностью сказать, что это материальный процесс, который обычными средствами устранить нельзя.

Как происходит сглаз? Вот как описывает это состояние А. Мартынов. В состоянии раздражения, зависти, гнева, ревности, злобы и т. д. возникают сильные электромагнитные вибрации, которые при определенной направленности продавливают или пробивают биополевую оболочку жертвы. Сейчас у специалистов-биоэнергетиков не

вызывает сомнения тот факт, что все онкологические заболевания, диабет, хронические воспалительные процессы — полевые заболевания, и, не устранив утечку энергии, невозможно вылечить больного. Мы определяем наличие сглаза с помощью биолокационного метода, которым в зависимости от характера вращения рамки определяем время сглаза, количество энергии, которое больной теряет ежедневно. Если потеря энергии не превышает 10 %, человек может длительное время компенсировать ее за счет дополнительной нагрузки на все системы организма, если, конечно, он до поры до времени здоров. Но если потеря энергии составляет больше 10 %, то здесь «работали» наверняка. Как правило, это событие связано с женитьбой, рождением ребенка, ревностью и большей частью связано с женщинами.

Сглаз — это своего рода дыра в энергетической оболочке, через которую и идет утечка энергии, что в свою очередь отрицательно сказывается на общем энергетическом уровне, снижая защитные возможности, ослабляя иммунную систему. Такую дыру можно заделать только полевым образом, т. е. с помощью рук экстрасенса с соблюдением определенного ритуала. Заклятие так же, как и у А. Мартынова, у нас связывается с зависимостью человека от вампира.

Проклятие - это сильная потеря энергии, в местах утечки которой образуются язвы, нарывы. У нас в практике был случай, когда к нам обратилась больная, у которой проклятие наступило из-за того, что она в церкви поставила свечку «за упокой» на живого человека, сказав только, что его зовут Александр. В течение месяца у нее умирает совершенно здоровый сын. Его зовут Александр, через другой месяц — брат, Александр, а человек, на которого поставила свечу, жив. Врачи не могли ничего сделать с больной, которая была как бы нашпигована нарывами, и, несмотря на то, что таких больных лечить нельзя, они как бы «проклятые», мы восстановили

здоровье. Что с нею стало в дальнейшем, не знаем, но после ее лечения мы сами 2–3 недели работать не могли.

В качестве проклятия предков, за что рассчитывается последующее поколение, можно привести пример клана Кеннеди. 1850 год. Патрик Джозеф Кеннеди был «бандитом с большой дороги» грабившим и убивавшим людей, на чем сколотил свое состояние. По-христиански он был проклят, а над поколениями нависло родовое проклятие, по-буддийски — плохая карма. Так вот уже в течение 6 поколений семейства Кеннеди никто естественной смертью не умер, это были убийства, авиа- и автокатастрофы, болезнь Дауна и др. Даже судьба людей, близких к семейству Кеннеди, была трагической, в частности Жаклин.

На собственном жизненном опыте можем подтвердить, что те, кто в 30-е годы занимались раскулачиванием, фактически убийством людей, никто из них не умер естественной смертью, а также их дети.

Эта кара не минует никого из тех, кто свое счастье строит на несчастье других. Таков закон возмездия.

Порча также относится к одному из отрицательных воздействий, когда для нанесения энергетического удара в этой жизни используют фантом (восковую или тряпичную куклу), волосы, пищу, одежду, особенно сильна порча на кровь и т. п. или кармического происхождения, как указано выше о семействе Кеннеди.

Рассмотрим более подробно процесс биоэнергообразования в организме и сущность души человека.

БЕССМЕРТНА ЛИ ДУША

В одном своем стихотворении Игорь Тальков нашел удивительно простые и ёмкие слова, отражающие суть человеческого бытия:

Природа мудра, и Всевышнего глаз
Видит каждый наш шаг на тернистой дороге.
Наступает момент, когда каждый из нас
У последней черты вспоминает о Боге.

Каждый человек в своей жизни не раз задавался вопросом, что он собой представляет, какое место занимает в системе Мироздания, откуда пришли наши предки и куда мы исчезаем после смерти. В процессе своего внутриутробного развития за короткое время человек проходит путь от земноводного до млекопитающего существа. Эволюционное развитие человека сложно и знать его, конечно, интересно, но сводить возникновение человека, например, к идее его происхождения от обезьяны на сегодняшний день было бы примитивным. В настоящее время археологи находят следы разумной деятельности за многие тысячелетия, и, несмотря на происшедшие за это время катаклизмы в Природе, обезьяны как были обезьянами, так ими и остались, не приблизившись ни на йоту к человеку.

Нам представляется, что основная причина человеческой драмы заключается в том, что открывая и расширяя физические законы, мы забыли о законах Вселенной, таких, как закон Гармонии, Духа, Психической энергии, Причинности, Перевоплощения, Притяжения подобного подобным, Всеобщей взаимосвязи явлений и др.

Именно эти законы должны лежать в основе человеческой деятельности. И человек в своих эгоистических устремлениях, когда интеллект, разум, порабощая духовные начала, довлеет над всем остальным, одним из проявлений которого является технократический процесс развития цивилизации, разрушающий взаимосвязи в Природе, способствуя ее гибели, не должен забывать, что ***только в единстве духовного и физического возможно гармоничное развитие общества.***

В настоящее время все больше людей начинают понимать, что Человек, Земля, Вселенная нерасторжимо связаны друг с другом, что в Природе нет ничего случайного, все продумано, взаимосвязано, и чем раньше эти искусственно разрозненные части будут объединены в одно целое, тем будет лучше.

Прежде чем рассмотреть суть законов Вселенной, разберем, что же представляет собой человек с современной точки зрения.

Клетка — это сложная энергоинформационная система, она имеет все для обеспечения себя всем необходимым: питанием, его утилизацией, очисткой, выделительной, дыхательной, энергетической и другими структурами, в том числе и заложенной в ней информацией как программного устройства с учетом ее специализации. Еще академик В. И. Вернадский в начале века говорил, что любое вещество окружено физическим полем, разница между живым и неживым заключается только в том, что первые способны изменять свое излучение, а вторые — нет.

Давно было обращено внимание, что некоторые люди, смотря на фотографии умерших, говорили, от чего они умерли. Значит, существует какая-то внеклеточная информация, которая никуда не исчезает, а существует в каких-то иных измерениях.

В начале века австрийский ученый П. Вейс предположил, что вокруг эмбриона (зародыша) образуется какое-то «морфогенетическое» поле, которое и создает из клеток отдельные органы и организмы в целом.

В 1923 году А. Г. Гурвич, рассматривая клетку, обнаружил вокруг нее митогенетическое свечение, которое он назвал биологическим полем или биополем, но объяснить которое не мог.

В 1944 году инженер В. С. Гриценко высказал мысль, что помимо 3-х известных состояний вещества (жидкое, газообразное, твердое) существует еще 4-е состояние, присущее только живому, также состоящее из атомов,

молекул и названное им биоплазмой. Гриценко говорил: «Представьте себе, что у вас выключены все 5 органов чувств, с помощью которых мы воспринимаем мир (зрение, обоняние, слух, осязание, вкус), однако останется ещё одна не менее важная чувственная эмоциональная сторона жизни человека, которая является таким же материальным субстратом нашей деятельности, как все остальное». Академик А. Охатрин, развивая дальше это положение, пришел к выводу, что наше тело, начиная с клетки, пронизывают элементарные сверхлегкие частицы, названные им микролептонами, которые в зависимости от направленности могут быть легкими (несущие добро) или тяжелыми (несущие зло). Масса этих частиц в несколько порядков раз меньше массы электрона, т. е. речь уже идет о частице сверхмикромира, атомно-молекулярном уровне, что, по мнению некоторых ученых, составляет основу жизни, разума, души.

Процесс передачи энергии в организме очень сложен, но в упрощенном варианте он представляет собой следующее. Супругами В. и С. Кирлиан было доказано, что в организме имеются токи высокой частоты, составляющие суть энергии, по инфракрасному свечению которой можно определить энергетическое состояние человека, например, характер его заболевания.

Большую роль в передаче энергии играют нервные клетки — нейроны, работающие как магнетроны, они преобразуют токи действия, идущие по нервным волокнам, в токи высокой частоты.

Токи действия представляют собой физический процесс, обеспечивающий возникновение магнитного поля в области нейрона, в результате чего в него втягивается электрон, с помощью которого они преобразовываются в токи высокой частоты. В 1962 году корейцами были открыты каналы Кенрака, представляющие собой грибовидные структуры, расположенные в коже и оканчивающиеся так называемыми биологически активными

точками, через которые и происходит обмен информацией с внешним миром.

Так как наш организм является саморегулирующейся системой, где есть все для развития и восстановления происходящих процессов, то для гарантии бесперебойной работы в нем предусмотрено несколько дублирующих систем: первая система — химические реакции, где на сложном биохимическом уровне (микроэлементы, витамины, ферменты, гормоны и т. п.) идут окислительно-восстановительные процессы, обеспечивающие нормальный материально-энергетический уровень деятельности клетки; вторая система — нервная, где реакции осуществляются более быстро, и третья система работает на тонком, психическом, энергетическом уровне. Именно здесь на биоплазменном уровне и осуществляется поддержание нормального функционирования работы клетки, или иначе на клеточном, органном и организменном уровне.

Все три системы тесно связаны между собой, и организм в каждый данный момент знает о работе и состоянии каждой клетки. В обычных условиях организм работает в автономном режиме, и если бы мы получали информацию о работе всего организма сразу, то можно было бы сойти с ума. Каждая клетка, группа клеток, имеющих общее функциональное назначение, имеют свою собственную систему, свой частотный режим работы и только в случае выхода из строя собственных ресурсов к исправлению дефекта подключаются общие силы организма. Все работает в определенном допуске границ для каждого органа, что зависит от степени тренированности, адаптационных механизмов и многих других факторов.

Что же связывает клетки, удерживая их на определенном расстоянии и не мешая работать друг другу? Силы взаимодействия между энергетическими оболочками, полями, множество разновидностей и характер действия которых до конца еще не ясен. Профессор Ю.С. Симаков объясняет эффект электромагнитного излучения следующим

образом. Клетка окружена собственным энергетическим полем, которое несет информацию, связывающую ее со всем организмом и составляющую Единое информационное поле. При этом ДНК только отражает информационную сущность этого поля, носителем же наследственной информации является не только ядро клетки, а ее морфогенетическое поле. В качестве примера Симакова приводит такой эксперимент.

Плоского червя планария произвольно разрезают на десять частей, и через несколько дней каждая часть превращается в целого червя, только маленького. Почему это произошло? Да потому, что каждая клетка «помнит» и несет в себе информацию как целостной системы, где она была запрограммирована. Где это было? Оказывается это «что-то» никуда не исчезало, а существовало в каких-то других измерениях, которые Ю.А. Фомин назвал информационно-распорядительными структурами. Однако исследования, проведенные академиком П.П. Гаряевым по характеру изменения во новых структур нашего тела в том числе и генетического аппарата, показали, что около 98 % наследственной информации передается волновым путем, в том числе в виде звуков, и только 1-2 % «записаны» на химическом уровне в молекулах ДНК.

Вот почему было доказано влияние слова на организм человека в первую очередь на генетическом уровне: добрые слова, молитва — оздоравливают, слова проклятия разрушают. Слова проклятия независимо от того, видите вы человека воочию или по телевизору, или мысленно точно находят адресата и, воздействуя на него, повреждают энергоинформационную структуру, что в конечном итоге приведет к заболеванию души и тела. Сегодня уже доказано, что если взять интегральную информацию, считанную с ДНК донора, например утки, и ввести курице, то получим куроутку, или козлокролика, что хотите. Ведь на генетическом уровне этих птиц, животных, на материальном уровне ничего не трогалось, тогда откуда

взялась и передалась как по наследству информация? Дело все в том, что информация была взята из биополевой структуры волновой специфической характеристики данного существа. Вот почему шутить с энергоинформационной структурой нельзя, так же, как с клонированием, которое как джинн вылетело из бутылки. Здесь, как никогда, должен быть установлен жесткий запрет экспериментировать на генетическом уровне или биополевых структурах, изменения в которых и так происходят благодаря социальным, экологическим и многим другим факторам.

Тем более, уже известно, что рожденная с помощью клонирования овечка Долли стала агрессивна, а ее теломеры (защитные колпачки хромосомных окончаний, по которым определяется срок жизни) стали значительно меньше, чем у её ровесниц. То есть, процесс старения у нее идет интенсивнее.

При клонировании также не учитывается передача биополевой структуры (от папы к маме), закладываемая во время естественного зачатия, беременности и подросткового возраста, без чего могут возникнуть различные патологии.

Таким образом, информация о живом или неживом никуда не исчезает, она переходит в другое состояние и находится в Едином информационном поле Вселенной, откуда и может считываться, к сожалению, пока только теми, у кого раскрыты информационные каналы, связывающие их с Космическим Разумом.

Опыты психолога В.Л. Райкова лишний раз свидетельствуют о том, что вводя человека в гипнотическое состояние и подключая через Единое информационное поле Вселенной к конкретному человеку, его душу можно вывести на такой творческий уровень, который не свойствен данному индивидууму. А.В. Мартынов, ходя по Эрмитажу и смотря на бюсты и портреты людей, живших в прошлом, считывает о них информацию с такими под-

робностями, что искусствоведы только разводят руками.

Отличие живой материи от неживой заключается в том, что в живом существует биоэнергетическая оболочка, которая обеспечивает целостность структуры разнородных клеток, находящихся в едином организме, который развивается по определенной программе. У живой материи существует самосознание, которое различается от простого (растения) до сложных форм (человек). Живая система должна работать как хорошо слаженный механизм, обеспечивающий самосохранение и самовоспроизведение. Если этот процесс нарушается, наступает болезнь или смерть.

Философское определение жизни сводится к тому, что жизнь является формой существования белковых тел, обладающих способностью к обмену веществ, раздражению, размножению, саморегуляции и адаптации. Оказывается, это определение не полностью раскрывает понятие слова «жизнь». Живой материи свойственны переход от жизни к смерти и способность к самовоспроизводству, обеспечивая бессмертие вида и его эволюцию с передачей информации и программой развития. Вот почему еще никому не удавалось создать живое существо из неживого, так как, помимо чисто биологических, необходимо еще создать информационно-распорядительную структуру, несущую всю информацию о прошлом, настоящем и будущем, что лежит в основе бессмертия души.

В качестве примера можно привести такой факт взаимодействия всех систем. В обычных условиях человек в относительно короткое время способен адекватно реагировать на любые изменения, происходящие как внутри, так и вне организма. Здесь работают химические и нервные реакции.

Во время же неожиданных экстремальных ситуаций тот же страх может мгновенно парализовать человека из-за того, что выброс того же адреналина, как естественной реакции на стрессовую ситуацию, будет недостаточ-

для включения механизма, защищающего организм от разрушения. Конечно, выделение адреналина произойдет, но несколько позже, а сейчас, когда для организма возникла сложная ситуация, сразу же включается вся энергия человека, и он может совершить такие поступки, которые в обычных условиях совершить не может: будь то защита ребенка от опасности или устранение угрозы собственной жизни.

Суммарное электромагнитное поле, облегающее тело человека, образует ауру, по характеру свечения которой можно определить состояние человека, жив он или мертв. Теперь понятной становится возможность считывать информацию с Единого информационного поля Вселенной о прошлом, настоящем и будущем, что и делают ясновидящие.

Так как все в мире взаимосвязано, любое действие человека, направленное на добро или зло, транспортируется в окружающую среду в виде сгустков энергии, оказывая воздействие на энергоинформационную структуру людей и природу.

Академик В.П. Казначеев в своих фундаментальных исследованиях подчеркивает, что человеческая природа не только белково-нуклеиновая, но в ней присутствуют и другие формы жизни, в частности, энергоинформационные. Любая информация, существующая во Вселенной, воспринимается нашим подсознанием благодаря электромагнитной природе.

Использование полученных таким образом знаний осуществляется уже с помощью сознания как функции белково-нуклеиновой формы жизни.

Технократический процесс жизни, развитие цивилизации, удовлетворение все возрастающих потребностей человека (это проявление белково-нуклеиновой формы) приводят к отклонениям от законов Природы, примером чему может служить все большее количество болезней, в том числе и экологических (Ю. Левин).

Искусственно творя свой материальный мир, человек отвлекает энергию, необходимую для работы органов и систем, на борьбу с энергоинформационным мусором, нарушая природную гармонию — саморегуляцию. Электромагнитная основа существования как бы уменьшается, исчезает как проявление формы жизни человека, для которой не существует границ, языка и т. п. Утверждение своего этнического начала ведет к нарушению природной гармонии, а следовательно, и законов развития материи, заболеванию и последующей гибели.

Сегодня уже доказано, что любая болезнь — это, в первую очередь, нарушение энергоинформационной структуры. Больные клетки перестают генерировать собственное, Природой заложенное, излучение и переходят на другой режим, другую частоту, заряжая ею здоровые клетки, которые также заболевают.

Таким образом, просматриваются перспективы использования эффекта направленной передачи энергии для лечения различных заболеваний независимо от их этиопатогенеза, т. н. ***биорезонансной терапии.***

В чем причина неэффективности проводимого официальной медициной лечения? В игнорировании наличия электромагнитного излучения, биоэнергетической сущности человека.

Для врача болезнь — точно очерченная нозологическая форма, которой соответствует определенный набор лекарств и других средств.

Для народного целителя больной — это человек с изъянами соединительно-тканной, а следовательно, иммунной биоэнергетической структуры. Но нарушения в организме идут исподволь, накапливаясь в различных системах, будь то сердечно-сосудистая, нервная, дыхательная системы, желудочно-кишечный тракт или обменные процессы. Как говорят, где тонко, там и рвется. Заболевший орган начинает работать в измененном режиме частот. Корректируя нарушенное биополе, народный

целитель способствует настройке организма на самолечение, саморегуляцию. Но полагаться на экстрасенсов ни в коем случае нельзя, это путь наименьшего сопротивления.

В чем опасность увлечения экстрасенсами, чудотворцами, которых, как грибы, плодят различные курсы, которые проводят массовые сеансы? Это стало возможным только в бесправовом государстве. В США, например, массовые сеансы биоэнергетического воздействия запрещены законом.

Академик В.П. Казначеев утверждает, что страна, которая допускает подобные опыты над людьми, далека от цивилизации. Экстрасенс, во-первых, должен быть чист с точки зрения биоэнергетики (добр, милосерден, не курить, не принимать алкоголь) и, во-вторых, работать только в присутствии врача, как это делается в той же Америке.

Как не подивиться мудрости первого наркома здравоохранения России Н.А. Семашко, который специальным приказом запретил проводить массовые сеансы гипноза, а в случае необходимости по медицинским показаниям проводить его в присутствии 2–3 врачей, индивидуально. На массовых сеансах за счет эмоционального расслабления идет суммирование биоэнергетики, и все плохое, что заложено в нас: болезни, зло, ненависть, зависть — умножаются, защитные силы снижаются, они не могут противиться влиянию извне. Вот почему возрастают агрессивность, непредсказуемость поступков.

Объяснение здесь простое. Ваш организм перестает вырабатывать свою энергию, ее подкачали, за счет чего стало лучше, а дальше что? Мобилизуя резервные возможности организма, в первый момент экстрасенсы добиваются улучшения состояния, а позже, когда наступает расслабление, болезнь может проявить себя в более ярко выраженной форме. Надо запустить собственную энергетическую станцию и не рассчитывать на экстрасенса. Ведь человек по природе своей ленив, и, конечно, жить,

рассчитывая, что за вас все будет сделано, легче, но расплачиваться-то придется самим.

Не ищите помощи на стороне, все находится в вас самих. Потратьте лучшие время на все то, о чем вы узнаете в книге, тем самым вы укрепите здоровье и сохраните деньги, затраченные на сомнительные мероприятия.

Хороший целитель, в том числе и экстрасенс, – это как Божий дар: или он есть, или его нет. Конечно, у каждого есть биополе, но не каждый может быть целителем, здесь важна еще и нравственная и другие стороны личности.

Целитель, который за один недельный курс получил сомнительный диплом, не имеющий юридической и правовой силы, просто опасен для больного. Необходимо постоянное усилие для того, чтобы организм как биоэнергетическая станция работал самостоятельно и лечил самого себя.

Официальная медицина до недавнего времени подвергала гонению народных целителей с укором, достойным лучшего применения. Честь мундира, направлений, за которые получались звания и награды, заслоняли человека, которому от предлагаемых методов и средств лечения становилось все хуже и хуже. При этом забывалось, что главное в лечении людей не средства, а результат.

Только в единстве официальной и народной медицины, когда заболевание на самом деле будет не только декларироваться, а ***рассматриваться*** как частное проявление общего процесса, ***позволит медицине*** выйти из тупика.

Более 100 лет назад Г. Герц (1886 г.) открыл возможность передачи звуков и изображения на расстояние, без чего сейчас невозможна наша жизнь. На повестке дня стоит вопрос о передаче мысли на расстояние из мозга в мозг, что становится реальностью.

Учение И.П. Павлова сыграло свою роль в значимости 2-й сигнальной системы (сознания) в возвеличивании человека, ставя его на службу техносферы. Тем самым стали не столько творить, как разрушать, ибо из этого процесса мы исключили духовность, которая определяет

подкорковыми образованиями (гипоталамус, гипофиз, ретикулярная, лимбическая формации), т. е. там, где находятся регулятивные центры, ответственные за все наши жизненные проявления, в том числе эмоциональное и мотивационное поведение. Именно через эти центры мы можем восстановить свое здоровье, настраивая их на саморегуляцию, единение с Природой. Напомним, что подсознание как материальный субстрат находится под корой полушарий головного мозга и названо 1-й сигнальной системой, а сознание, являющееся функцией белково-нуклеиновой природы, 2-й сигнальной системой.

Академик В.П. Казначеев доказал, что сознание — энергоинформационная система, и само оно является таким же материальным процессом, как и все, что нас окружает. Следовательно, разговор о первичности материи и вторичности сознания сегодня является несостоятельным и лишен всякого смысла.

Для материалистов материя одно, мысль, сознание — другое, время — третье и т. п. Движение материи связывают со временем, а если его не будет, то что, материя исчезнет? Но ведь времени как такового нет, это словесное выражение той же энергии, которая пронизывает все сущее, ибо нет ни прошлого ни будущего, что-то разрушается, но одновременно создается, и совокупность явлений остается неизменной. Энергия как материальный процесс объединяет и связывает все в одно целое, а результат деятельности зависит от ее направленности — созидания или разрушения.

Наш мозг - это мощный источник энергии, который должен постоянно работать, подпитываться новой информацией, перерабатываемой на трех уровнях: ***сознании, подсознании, сверхсознании.***

Сознание — это любые виды знаний, получаемые нами, подвергаемые анализу, и оно, будучи скептически кон-сервативным, сохраняет в памяти подсознания то, что проверено на практике, т. е. если бы мозг помнил

все, о чем человек узнал, он бы сошел сразу с ума, именно в этом заключается его охранительное значение.

Как только знания укладываются в «общепринятую форму», они переводятся в *подсознание*, где находятся до того времени, пока не понадобятся. Подсознание начинает работать тогда, когда сознание как бы выключается, устало, что бывает перед сном, в состоянии медитации, гипноза или когда утром еще окончательно человек не проснулся. Особенно важно состояние перед сном, последняя мысль перед засыпанием. Оказывается, подсознание имеет гораздо больше возможностей, чем сознание, ибо его консерватизм и скептицизм в это время спит. Вот почему говорят, что утро вечера мудренее. За ночь подсознание просеет данную ему установку и утром выдаст вам правильное решение.

В этот момент как раз и работает ваш опыт, знания, кладовая памяти, которая благодаря интуиции, озарению, вдохновению уже с помощью *сверхсознания* выдает новые решения, т. е. без кропотливого, повседневного неустанного мышления невозможен процесс творчества, где все три этажа нашего сознания работают как единый комплекс.

Таким образом, элементы, свойственные духовной сфере человека — это иной уровень мышления, когда от состояния именно подкорковых образований зависит возможность совершенствования управления энергией Единого информационного поля Вселенной. Поэтому мы бы предложили следующую схему мышления человека: сознание, подсознание, от гармонии которых в первую очередь зависит духовная сущность человека, интуиция, озарение, сверхсознание, Всезнание, Свет, Бог (Единое информационное поле Вселенной) (см. рис. 5), Космический Разум.

Существуют определенные условия, которые предопределяют успех любого вида деятельности. Многократные повторения закрепляют навыки, затем приходит опыт

знания, к которым подключается интуитивный канал, после чего действия совершаются автоматически, свободно, без напряжения и внешних видимых усилий. Все это вместе взятое открывает сверхсознание, информационный канал, связанный с Космическим Разумом, к вам приходит озарение, но это становится плодом вашего постоянного труда, творческого процесса. Для вас небезынтересно будет узнать, что патенты за рубежом регистрируют, не только отмечая дату, но и час, минуту. Это связано с тем, что над одним и тем же явлением думают одновременно в разных странах и верное решение приходит к тому, кто больше к этому готов. И эта точка над «i», мысль, решение приходит из Единого информационного поля Вселенной, Космического Разума.

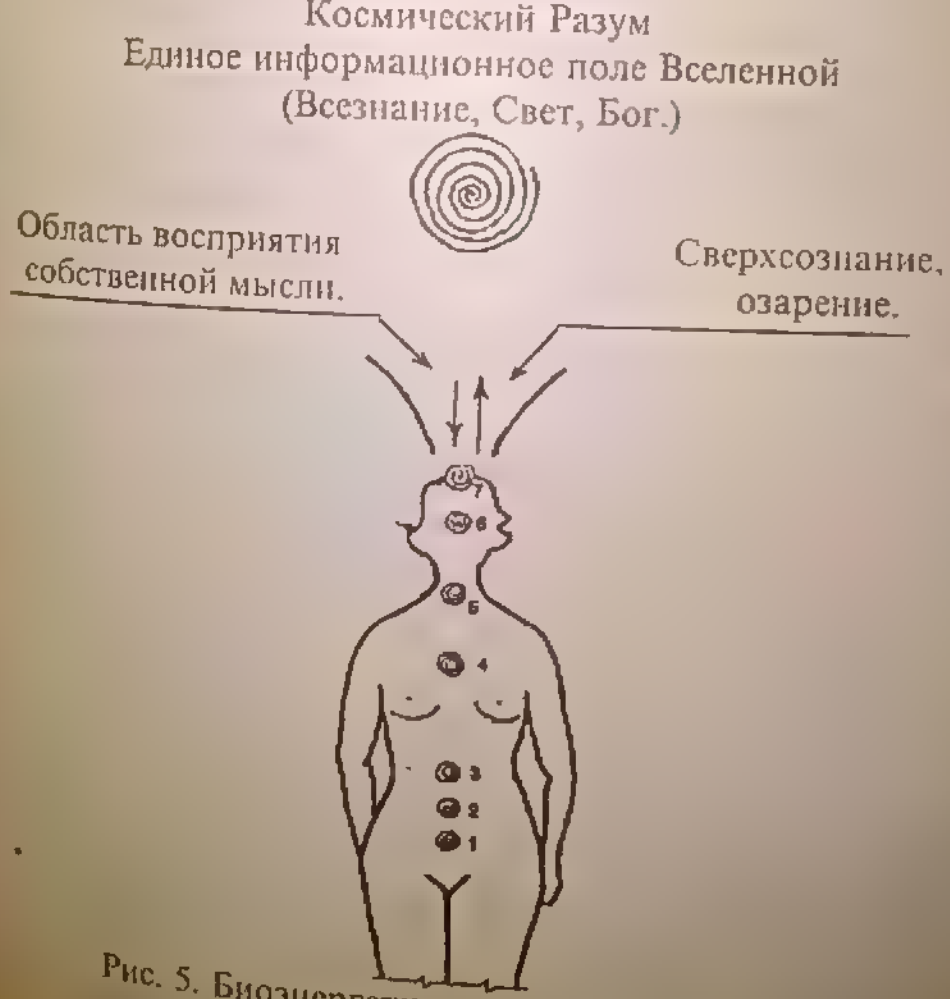


Рис. 5. Биоэнергетическая структура человека как часть Вселенной

Материалисты сразу же зададут вопрос, а где все это находится? Не знаем, возможно он находится возле нас, а может, в каких-то других измерениях. В одной из телевизионных передач Мухаммад Сидик Афган обещал найти место Банка информационного поля; если это будет сделано — хорошо, но то, что считывание информации о прошлом, настоящем и будущем не вызывает сомнения — это факт. Здесь уместно привести высказывание одного философа, что недоказанное — это не значит еще не существующее.

Многие думают, что книги, положенные под подушку накануне экзамена, помогут лучше сдать экзамен. Это действительно так, но при одном условии, если вы в течение года учили предмет, но должны знать, что последняя мысль перед засыпанием (состояние медитации) является наиболее сильной с точки зрения запоминания, воспроизведения в памяти, а психическая энергия, настроенная на соответствующую волну, частоту, вытаскивает из вашей памяти на поверхность заложенную туда ранее информацию, которую вы легко используете на экзамене.

Интуиция — это сложный процесс работы психической энергии, с помощью которой человек считывает информацию о различных событиях. Следовательно, наша система взаимодействует с какой-то внешней программой, в том числе генетической памятью, основанной на опыте собственной жизни или своих предков на физическом и духовном уровне.

Известны многие факты, когда человек, находясь в состоянии медитации, расслабления, может выдать информацию, которую он в своей жизни не имел: например знание иностранного языка. Мы удивляемся, читая Апокалипсис Мишеля де Нотр Дама (он же Нострадамус) — величайшего ученого своего времени (XVI век), сумевшего предсказать события, которые произойдут через сотни лет, с достаточной степенью достоверности. Последнее

его предсказание касалось его собственной смерти, которая наступила через 15 дней. Мы зачитываемся книгами Жюль Верна, который описал в них более 110 фантастических идей, из которых уже около 80 реализовано, более 20 ждут своего решения, остальные на очереди. Из 16 пунктов знаменитого «Плана» К. Э. Циолковского, написанного в 1926 году, в точной последовательности уже воплощены в жизнь 12. Остальные, касающиеся освоения человеком космического пространства и расселения людей во Вселенной, возможно, будут реализованы, если человек одумается и начнет жить в гармонии с Природой. Откуда эти люди считывали информацию? Источником получения информации является Единое информационное поле Вселенной, Космический Разум, где собрано все, что накоплено в Природе и отражает прошлое, настоящее и будущее.

Россия, Русь, сколько силы, мощи заложено в этом слове, сколько надежд возлагало мировое сообщество на россиян, которые своей духовностью должны были преобразовать мир. Порой становится стыдно за те нереализованные у нас в России возможности, которые со временем возвращаются к нам, но без упоминания, что это наше, российское. Примеры? Их бесчисленное множество, но вот несколько, имеющих непосредственное отношение к затронутой теме.

Те, кто интересовался в медицинских вузах хирургией, читали книгу «Очерки гнойной хирургии» В.Ф. Войно-Ясенецкого. Но мало кто знает, что этот блестящий хирург Божьей милостью, обладавший энциклопедическими знаниями, в отличие от материалистов, среди которых он жил, пришел к выводу, что у человека помимо сознания, являющегося функцией нукленово-белковой природы, есть трансцендентальное, чистое сверхсознание, существующее на тонком духовном уровне.

В книге «Дух, душа и тело», запрещенной в СССР (самого автора предали светской анафеме и обрекли на

мученичество), он предвосхитил свое время и, объединив данные физиологии, биологии, философии, религии, доказал, что сознание такой же материальный процесс, как окружающий мир, подчеркнув тесную взаимосвязь явлений Природы. Ведь то, что заложено в нас самой Природой, мы используем где-то не больше 10 %, а остальное так и остается нереализованным.

А К.Э. Циолковский, высказавший идею о Едином информационном поле Вселенной как субстанции, где хранится интеллект Природы, знания, накопленные миром и названные им Космическим Разумом, получал оттуда и посылал туда накопленные человечеством знания с помощью сверхчувственного, трансцендентального сознания.

Что из этого получилось?

Циолковский жил в нищете, только в последние годы он вздохнул немного свободнее. Войно-Ясенецкий же так и остался изгоем. Правда, русская церковь отдала ему должное, теперь весь мир знает его как митрополита Симферопольского Луку и вечным укором «советскому» времени стоит скромный памятник Войно-Ясенецкому, поставленный ему добрыми людьми в Институте нейрохирургии им. Н. Бурденко.

Так как одному из авторов близка тема космонавтики, которой отдано 30 лет, то небезынтересно привести некоторые данные, связанные с освоением космического пространства. В последние 5–8 лет пришлось заниматься обобщением достижений космической биологии и медицины, в результате чего был создан Научно-методический центр и музей, уникальность которого подтвердили даже американцы. (А вы об этом знаете?) Так вот, когда американцы отправили своих астронавтов на Луну, им был задан вопрос: «Как вы рассчитывали траекторию полета?». Они ответили: «Мы этого не делали, это сделал ваш соотечественник А. Кондратьев». Срочно стали искать информацию о Кондратьеве и через при-

появилась огромная статья о нем, как гордости за советскую науку, и что американцы используют наши данные, о которых мы не только не знали, но и забыли о том, что еще в 20–30-е годы новосибирский самоучка сделал то, что в дальнейшем наши ученые сделать не смогли, а использовали американцы.

Ладно, это было раньше, а теперь о сегодняшнем дне. Уже более 20 лет советский, так и хочется сказать русский, ученый-физик В.Д. Щабетник доказывает ошибочность взглядов современной физики на все явления природы, подвергая сомнению в том числе и законы Ньютона и создав новое направление в ней — фрактальную физику, о чем вы уже знаете. Так вот, при расчетах траектории космических зондов на Марс, исходя из закона Ньютона было рассчитано, что свободное падение на поверхность планеты для Марса должно составлять 3,74 м/сек, из-за чего они и падали на поверхность планеты и разбивались, или улетали в космическое пространство.В. Щабетник же доказал, что свободное падение на Марсе составляет 8,39 м/сек; эти данные были использованы американцами, для которых не существует границ, амбициозных устремлений, которые умеют считать народные деньги, вот почему они богаты, а мы тратим огромные суммы на удовлетворение собственных интересов т. н. ученых, выбрасывая их фактически на ветер.

В связи с этим нельзя не вспомнить о великом русском ученом В.П. Демихове, жившем уже в наше время. При создании системы жизнеобеспечения для членов экипажей при длительных космических полетах к другим планетам стоял вопрос о возможности создания на корабле условий гипотермии космонавтов, при которой жизненные процессы осуществлялись бы на минимальном физиологическом уровне, что создавало бы значительную экономию в пище, воде и т. п.

Подобного рода эксперименты проводил Владимир Петрович Демихов. Он уже в 50-х годах разработал

методику шунтирования, пересадки сердца, пришил 2-ю голову собаке, которая ела, пила и даже кусалась. Однако в 70-е годы началась травля ученого, а исследования в этих областях прекращены.

Кристиан Барнард, осуществивший первым пересадку сердца человека и считавший себя учеником Демихова, которому приезжал в 60-е годы, стал человеком года Мира и богатым человеком. Во время одного из приездов Майкла Дебейки к больному Ельцину он попросил свезти его на могилу Демихова, которого почитал как выдающегося ученого, но встречавшие даже не знали жив он или нет. В свои 82 года этот старый, больной человек жил в «хрущовке» на скромную пенсию. В январе 98 года на него направили наградной лист на орден «За заслуги перед Отечеством 3-й степени», но в конце года В.П. Демихов умер, так и не дождавшись этой награды. Калашникову, создателю автомата, которым убивают людей во всем мире, хоть воздали должное: присвоили звание генерала и Звезду Героя, а о том, кто научил спасать людей, – забыли. Сколько же еще необходимо властьимущим людям в России времени, чтобы у них появились ростки нравственной и духовной культуры?

Из истории известно, что добрые начинания рано или поздно дадут свои всходы, чтобы порадовать людей. Так и случилось с творениями русских мыслителей, философов, великих людей своего времени. Когда во второй половине 80-х годов над Россией повеяло относительной свободой, мы обнаружили, что за рубежом мысли и чаяния русских мудрецов: Циолковского, Войно-Ясенецкого, Федорова, Демихова и других облекли в цивилизованную форму и преподносят как свои достижения.

Конечно, во все времена человечество старалось жить по законам Природы, когда путь духовного развития людей включал религию (философию), искусство и науку. Только в таком единении возможно эволюционное начало, а «ведические» знания, где «ведать» исконно русское

слово, сейчас вновь объединяются в мировое сообщество «Веда».

Значит, Русь тоже вкладывает свою лепту в общую копилку знаний.

Общий закон Природы гласит, что все в мире находится и подчиняется Единому информационному полю Вселенной, которое управляется Творческим Космическим Разумом. Пребывая в состоянии медитации, вы как бы подключаетесь к этому полю, находясь между сном и бодрствованием. Умственно и физически расслабляясь, вы как бы отключаетесь от житейских забот. В жизни мы всегда куда-то торопимся, спешим, и для нормального отдыха у нас нет времени. Держать же организм в постоянном напряжении, стрессе нельзя, неизбежна его поломка, болезни. Для стимуляции мы принимаем различные допинги: алкоголь, табак, кофе, чай, транквилизаторы, наркотики и другие средства, создающие мнимое благополучие. Система Человек–Природа перестает нормально работать, нарушается связь между ними. Потенциал человека снижается, мышление притупляется, аккумулятор (энергетические силы) садится, человек заболевает, хотя он еще двигается.

Ученые-физиологи считают, что человек восстанавливает свои силы в покое, во сне. Оказывается, если человек находится в состоянии трансцендентального сознания между сном и бодрствованием, когда душа и тело как бы уравновешены, то процесс восстановления сил осуществляется в 2–3 раза активнее. При этом высвобождаются глубоко укоренившиеся в вас стрессы (последствия травмы, операций, рождения и т. п.), когда организм естественным путем отторгает все «занозы», что делает людей психически и физически здоровыми.

Любая медитативная техника предоставляет человеку возможность расслабиться, уйти от нерешенных дел в себя, вывести свое сознание на сверхчувственное восприятие, наводя одновременно порядок в своей душе.

теле. Кажется, все просто, а какой разительный эффект наблюдается от использования системы единения души и тела в лечении сердечно-сосудистых, нервных, легочных и других заболеваний. Поток информации на человека постоянно увеличивается, для ее переработки используются различного рода компьютеры, а мозг, являющийся самым совершенным компьютером, созданным Природой, используется только на 10 %. А как же остальные 90 %? Да никак, с ними человек так и уходит в могилу, он просто о них не знает. Одни русские предлагают вывести нас на светлую дорогу духовного преобразования, но они стали овцами, отбившимися от стада, не укладывающимися в нормы «социалистического общежития», когда все, живя порознь, были против, а находясь вместе, голосовали за. Другие, заморские, живя в свободном мире (где, конечно, есть свои проблемы), беря все лучшее, ценное из того, что наработано человечеством, независимо где оно живет, предлагают нам вернуться на праведный путь жизни, использовать нереализованные наши возможности и стать Богочеловеками. Вечное колесо прогресса должно опираться не только на интеллект, разум, технократическое мышление, а включать своё сверхсознание, которое как раз и выводит человека на духовную дорогу, идя по которой, он не только нормализует свое здоровье, но и наведет порядок в душе, во взаимоотношениях с людьми, Природой. Идет процесс преобразования личности, а вместе с этим и общества. Удивителен «эффект Махариши», заключающийся в том, что если медитируют одновременно не меньше 7 000 человек, то в зоне десятков километров изменяется сознание, поведение других людей: нет конфликтов, убийств, насилий, отношения друг к другу становятся терпимее и т. д. В 1983 году учёные США провели эксперимент по одновременному медитированию 70 тысяч людей в 50 странах, а в 1993 году по всей Америке, что позитивно сказалось на многих сферонах жизни людей, но затем все постепенно вернулось

на круги своя. Вот почему, находясь в состоянии медитации, эйдосе, постоянно подпитывая Единое информационное поле Вселенной положительными мыслями, уравновешивая духовность с Природой, соединяясь с Космическим Разумом, мы находимся в Гармонии души и тела и всего Мироздания. Такое состояние позволяет предотвратить не только межнациональные конфликты, но и природные катаклизмы (наводнения, землетрясения и другие явления).

Психическая энергия, не имеющая преград, обладает громадной как созидательной, так и разрушительной силой, все зависит от самого человека и всех вместе. Что для этого надо сделать? Остановиться, присесть минут на 20 утром и вечером, расслабиться, заглянуть себе в душу, посмотреть, как и чем вы живете, настроить себя на чистую волну связи с Космическим Разумом с помощью настроя на чистые помыслы. Раскроются ваши затаенные способности, жизнь обретет новый смысл, только это должно стать общегосударственной, национальной программой. Не мешало бы правительству России вместо политических распрей начать думать о духовном преобразовании человека.

Еще раз повторим главное. Материалистическая теория своими институтами вдалбливала нам, что материя первична, а сознание вторично, что противоречит законам Природы. Мысль, сознание как продукт мозга такой же материальный процесс, как все, что нас окружает. Мысль лежит в основе любого вида деятельности, с нее все начинается и ею кончается, какова мысль — таков результат.

Все, что мы наблюдаем: социальные конфликты, преступления, разобщенность и т. п. – это глубинные процессы, идущие на квантовом уровне. Оттого, как мы думаем, чувствуем, зависит все, что нас окружает. В физике существует такое понятие, как корпускулярно-волновое движение, заключающееся в том, что атом, лежащий в

основе всего материального, является одновременно частицей и волнами. Так вот, слово, продукт сознания, помимо смысловой нагрузки, имеет и волновую природу. И если волновой процесс совпадает с глубинным смыслом слова, это оказывает сильное воздействие, последствия которого зависят от направленности: созидания или разрушения. Вот почему в первую очередь надо менять человеческое сознание, отношения, мировоззрение. Правильно говорят: «Не хлебом единым жив человек». И если потребительское отношение по принципу «взять от природы все что она может дать», а взамен ничего не возвращать, будет довлеть над человечеством (что и происходит сейчас), это как раковая опухоль приведет к неисчислимым бедствиям на всех уровнях. Общество погибнет.

Сегодня люди уже не могут справиться с техникой, темпы развития которой превышают возможности человека, она их порабощает. Вот почему предметом особой заботы должно стать сознание, которое с помощью различных способов медитаций, общения на высоком духовном, нравственном уровнях должна заставить жить людей по законам Добра.

Таким образом, в основе жизнедеятельности человека лежат биоэнергетические процессы, начиная с каждой клетки, которая работает под напряжением где-то около 0,1 В, но суммарная его величина имеет биологическую природу, вполне измеряема как по частотной характеристике того или иного органа, так и по силе тока. Любые изменения в организме, что связано в первую очередь с зашлакованностью, в том числе и отрицательными мыслями, изменяют частотный режим работы вначале клетки, затем органа и системы в целом, снижают ее сопротивляемость, усиливают застойные явления, что приводит к заболеваниям, характер которых не имеет значения.

Теперь, когда вы в общем представляете механизм работы организма человека как биоэнергетической системы, перейдем к рассмотрению основных законов Вселенной

ЗАКОН ГАРМОНИИ

Все, что нас окружает, и сам человек живут по закону Гармонии, суть которого заключается в поддержании равновесного состояния. За счет чего это происходит? Да за счет тех же энергетических процессов, где движущая сила обусловлена переменными знаками: плюс-минус, добро-зло, свет-тьма и т. д. Если рассматривать человека как самостоятельную систему, составляющую часть Вселенной, то гармоничность ее деятельности обусловлена многими взаимосвязанными факторами. Например, гомеостаз, обеспечивающий поддержание взаимосвязанных между собой окислительно-восстановительных процессов, в основе которых лежат микроэлементы, ферменты, гормоны и другие их составляющие, которые должны находиться в определенных отношениях друг к другу. Причем границы колебаний любого параметра (температуры, величины кровяного давления, формулы крови и т. д.) находятся в очень узких пределах так называемых физиологических норм. Эти отклонения в первую очередь вызваны изменениями энергетических процессов, обусловленными поломкой механизма взаимоотношений, т. е. нарушением электролитного баланса, что вызывает вначале функциональные, а затем и патологические изменения. Взять, например, нарушение электролитного баланса, которое лежит в основе любого заболевания: будь то недостаток йода (щитовидная железа), кальция (костная система), железа (кровь) и т. д. Или взять желудочно-кишечный тракт, от работы которого, как отдела снабжения, зависит электролитный баланс организма: смешанное питание, злоупотребление жареным, копченостями, жирным и т. п., что приводит к нарушению энергообразования биоплазмы в толстом кишечнике (как вы помните — это печь Хара), это одна из основных причин возникновения отрицательного энергетического баланса, не нормализовав который, невозможно вылечить

больного. Далее, человек пронизан электромагнитными полями, которые обеспечивают оптимальное функционирование различных систем организма. Однако с развитием цивилизации произошло неразумное вмешательство в Природу (уничтожение лесов, добыча железных руд, угля, нефти и т. п.), которое если не ослабило магнитное поле Земли, то создало искусственную среду обитания для человека, своеобразную клетку Фарадея: железобетонные конструкции зданий, транспортные средства, электробытовые приборы, компьютерная техника и другие средства. По закону обратной связи это приводит к электромагнитной недостаточности, более напряженной работе всех систем организма.

А вода, воздух, пища, которые также претерпели существенные экологические изменения, что в свою очередь усугубило процессы биоэнергетического режима в организме? Удивительно, например, что до сих пор существуют нормативы предельно допустимых концентраций (ПДК) для различных веществ, но, как правило, никто не учитывает их суммарного влияния на организм, где концентрация каждого из них может быть меньше в десять раз, а комплексное воздействие даже малых доз – губительным. Сегодня уже нельзя не учитывать влияния наряду же магнитного поля Вселенной, Солнца на организм. В. Вернадский и А. Чижевский в своих работах неоднократно подчеркивали, что разгадка жизни не может быть получена только путем изучения живого организма.

Многие люди думают, что они существуют сами по себе и энергонезависимы друг от друга. Жизнь опровергает это суждение, примером чему может служить банальный случай конфликтной ситуации в общественном транспорте, в которую мгновенно вовлекаются все люди. Уже древние люди знали, что чем чище внутренняя среда организма с точки зрения физической (тела) и духовной (души), тем лучше распределение энергии по организму, тем здоровее человек. Чем грубее работают чакры, тем

зашлакованней организм, тем хуже проводимость энергоинформационных каналов, тем больше застойных очагов биоэнергии, тем выраженнее заболевание.

Целители своим биоэнергетическим воздействием, разгоняя застой энергии, устраняют так называемые энергетические пробки, заставляют ее равномерно растекаться по организму, одновременно подкачивая свою. Необходимо только помнить, что это временная мера, и следует осторожно пользоваться услугами экстрасенса, они ничем не отличаются от тех же лекарств, ибо, если вы не будете лечиться сами, то станете энергозависимыми, и никто уже вам не поможет. Существует много способов заставить работать свою биоэнергетическую станцию, только надо приложить к этому собственные усилия и помнить, что все зависит от вас самих.

Наш организм живет в содружестве со всеми явлениями Природы, в частности с различными микробами, вирусами, которых у нас великое множество, но, как правило, мы не болеем. Почему? Да потому, что наши резервные возможности организма, которые заложены Природой, в 8–10 раз превышают любые повреждающие факторы, за счет чего и поддерживается равновесное состояние человека с теми же микробами. В результате воздействия внешних или внутренних факторов защитные, иммунные силы организма ослабевают, «напряжение в сети» падает, а микробы, вирусы ждут своего часа, чтобы проявить себя. Вспомните подвижничество врачей, работающих в очагах эпидемии чумы, холеры и не заболевших только потому, что их биоэнергетическое поле, дух были сильнее кипящих в них возбудителей.

Конечно, в экстренных случаях не исключается прием лекарственных средств, но организм как можно раньше должен быть переведен на автономный режим работы. В противном случае лекарства, подменяя работу иммунной системы, ослабляют, угнетают и выводят ее из строя, и у больного не остается иного пути, как быть хроником или

отправляться на тот свет. В первую очередь надо привести собственную биоэнергетику в равновесное состояние, настроить себя на саморегуляцию.

Существует гипотеза, основанная на фактах, что энергетика человека напрямую связана с его духовными качествами. Для многих, особенно низкодуховных людей, основным источником жизни является преобладание распада энергии и разрушения, что приводит к быстрому физическому и психическому истощению, снижению иммунной системы. Не этим ли объясняется увеличивающееся количество самоубийств. Изменение характера тонких энергий объясняется появлением болезней, синдрома хронической усталости, СПИДа и т.п. Глобальные изменения во Вселенной привели к изменению даже на микробном уровне: вирусы стали более агрессивными из-за нарушения микроэлементного баланса, химизации продуктов питания, приема лекарственных средств и т.п. Чем ниже духовно человек, тем больше возможности страдать этими болезнями. Чем выше духовность, тем менее подвержены будут люди, особенно в эпоху Водолея, которая грядет в следующем веке. Все дело в том, на что растрачивается наша энергия, её неприкосновенный запас, который дается человеку в момент рождения. Перерасход его чрезвычайно опасен, ибо не восстанавливается, и расходовать его надо осторожно. В литературе приведен факт, когда в Болгарии под руководством проф. Георгия Лозанова применили метод кумуляции творческой деятельности человека абсолютно здоровым людям (ускоренное изучение языка). Но вскоре оказалось, что у них стали проявляться нервные и эндокринные расстройства, и через 5–7 лет ни одного здорового человека не осталось – все умерли. А к чему приводят конфликты? Ссора, распри, с помощью которых люди с «низкой» энергией подпитываются от духовно богатых. А что творится в клубах, на дискотеках, рок-концертах – идет мощная откачка энергии низкопробного пошиба

Посмотрите на ребенка, смотрящего «ужастики», кино с побоями, жестокостью, убийствами, они сидят скрючившись и закрывая живот, солнечное сплетение, через которое идет мощнейший выброс энергии, модулируемый животными эмоциями. Наступает эпоха Водолея, эпоха Гармонии, Материя и Дух, которые должны слиться воедино и не противостоять друг другу, а взаимно дополнять и обогащать человека.

До сих пор официальная медицина продолжает мучить себя и больных от бессилия перед раковыми заболеваниями, а супруги Ивановы доказали, что онкологические болезни можно лечить, только надо захотеть быть здоровым, заставить работать психическую энергию, поверить в себя, в свои собственные силы, живя среди природы. И так как все люди связаны между собой психической энергией, энергией Духа, обладающей громадной материальной силой, то в зависимости от настроя мы все вместе представляем собой коллективный Разум Земли, который составной частью входит в коллективный Разум Вселенной. Не старайтесь искать причину нездоровья, неудачи в ком бы то ни было, все заложено, в первую очередь, в вас самих, зависит от вашего мышления, сознания, Гармонии духовного и физического процессов организма.

Существуют правила трех поколений, за время которых можно уже существенно изменить генофонд как отдельного индивидуума, так и общества в целом.

Считается, что возраст одного поколения равен 25 годам. В качестве примера можно привести то, что случилось в бывшем СССР. Если взять социальный строй, то марксизм-ленинизм считал социализм прогрессивным (+), а капитализм регрессивным ( ) строем. Полагая, что эти две системы существовать вместе не могут, на обломках капитализма построили социализм, одновременно уничтожив при этом все ценное, что было у народа, главное, его духовную сферу.

Какая система гибнет в первую очередь? Да та, которая

в своей основе не имеет нравственных, духовных начал Подчиняя волю людей возвеличиванию идеи, будь то идея фашизма (Гитлер) или социализма в извращенной форме, рано или поздно идея уничтожает себя или сама, или с помощью других.

Закон Гармонии гласит, что на Земле, во Вселенной все построено разумно, одно не может существовать без другого, духовное без физического. Конечно, идея построения коммунистического общества, в котором люди будут жить по принципу: от каждого по способности – каждому по труду, сама по себе была заманчива и отвечала чаяниям народа, но так как все вокруг стало общим и никто конкретно ни за что не отвечал, а бездуховность стала нормой жизни, особенно для высших эшелонов власти, то с каждым новым поколением деградация людей постепенно усиливалась, основой жизни стало вранье, воровство, рабское повиновение, различные пороки. Этот процесс усиливался тем обстоятельством, что уже в первом поколении заставляли отказываться от своих родителей, т. е. превращаться в людей, не помнящих родства, что представляет огромную разрушительную силу на уровне духовных и нравственных начал. И если иные государства, умирая, в своих недрах рождали более сильные объединения, то тоталитарный режим, который в корне глушил свободу личности, ничего взамен предложить не мог.

Закон Гармонии гласит, что во Вселенной должно быть все разумным: как социализм (+), так и капитализм(–) одно без другого существовать не может, так свобода личности в сочетании с демократическими началами (это не демагогия, а, в первую очередь, ответственность, компетентность, корректность, обязательность, проявление всех творческих начал, защита прав человека, возможность самореализации) является гарантией развития гармоничного общества. Если в конце третьего поколения в обществе не намечаются демократические

преобразования в истинном смысле этого слова, то оно долго еще будет не способно выйти из кризисного состояния.

ЗАКОН ПЕРЕВОПЛОЩЕНИЯ (РЕИНКАРНАЦИЯ)

Как вы узнали из предыдущего материала, человек, начиная с клетки, окружен биоплазменным слоем, биополем, включающим эфирное, астральное и ментальное тела. По данным А. Охатрина и Н. Сочеванова, эфирное тело трансформируется в другой вид материи на 3-и сутки после смерти, астральное тело — на 9-е и ментальное (витальное) — на 40-е сутки, оно никуда не исчезает, и хранится в банке данных Единого энергоинформационного поля Вселенной. Именно по этому непреходящему телу считываются данные о прошлом, настоящем и будущем конкретного человека. Этот наработанный в течение жизни духовный потенциал, объединяясь с другими, образует Всезнание, Космический Разум. Многие говорят о карме как о чем-то предначертанном, данном свыше и неизменном, что и делает человека беспомощным в борьбе за свою судьбу. Оказывается, карма - это любое действие, будь то мысль, желание, поступок и т. д., или иначе: живя, вы постоянно совершаете и нарабатываете карму и в результате получаете то, что вы же сами и создали. Религия утверждает, что покаянием и молитвами вы можете облегчить душу и на том свете получить благо, что если перед смертью причаститесь, то вам будут отпущены все земные грехи и обеспечена хорошая жизнь в загробном мире. Ведь так хочется удовлетворить все свои желания, хорошо пожить здесь и взять от жизни все что возможно! Не тут-то было. Что же прикажете делать? Остается один-единственный путь: изменение своей собственной программы, образа мышления, ибо как вы

думаете, так и живете, что заложено в вашем банке данных, то вы оттуда и черпаете, и это останется записанным навечно на вашей энергоинформационной матрице.

Здесь следует сказать еще об одном законе Вселенной – ***Притяжении подобного подобным***. Как люди находят друг друга? В соответствии с этим законом процесс идет на тонком биоэнергетическом уровне, когда генерируется практически одинаковый частотный режим энергии: добро к добру, зло к злу. Все зависит от направленности ваших мыслей. Можно это изменить? Да, конечно, перестаньте себя подпитывать той или иной энергией, которая изменяет вашу духовную сущность, направленную на разрушение (зло, ненависть, злоба, корысть, а вместе с ними и различные болезни) или созидание (добро, милосердие, нравственность, доброжелательность). Эти процессы работают как бумеранг: что послали, то и получили. Злобные, мрачные мысли притягивают аналогичные, образуя вокруг себя тяжелые энергоинформационные сгустки, которые приносят несчастье, горе всем, кто попадает в них, и обладают мощной разрушительной силой не только для людей, но и для Природы: способствуют землетрясениям, наводнениям и другим катаклизмам.

Человек должен, в конце концов, понять, что от характера собственных энергетических излучений, мыслей зависит как его жизнь, так и жизнь окружающих людей. Но и это еще не все. Многие думают, что от жизни необходимо брать все, что возможно, и все желания удовлетворить, а после нас хоть потоп. Вы не задумывались, почему люди находят себе друзей по образу и подобию мышления, взглядов, интересов? Недаром в народе говорят, скажи, кто твои друзья, и я скажу, кто ты.

В любом случае стремление к самосовершенствованию, достижению поставленной цели с разумным эволюционным началом укрепляет волю, нравственность человека, а по Далю «нрав» — это воля, которая делает человека творцом, живущим в гармонии с законами Природы

Л. Толстой говорил, что царство Божие внутри нас. Действительно, это так. Направляя свою психическую энергию на чистые помыслы (ибо вера в добро — это укрепление в первую очередь духа), человек достигает в себе Богочеловека, а все вместе — Богочеловечества, в чем и заключается истинное предназначение Человека на Земле.

Рассматривая человека как биоэнергетическую систему, его можно разделить как бы на две части: все, что находится ниже сердечной чакры, лежит в материальной плоскости, а выше – в духовной. Чем материальнее сущность человека, направленная на удовлетворение потребительских запросов, тем беднее его духовная сфера, больше низменных инстинктов, пороков и наоборот. Вот почему, когда христианин осеняет себя крестным знамением, он как бы соединяет эти две плоскости, горизонтальную и вертикальную, в единый символ, приводит духовное и материальное в единое целое, благодаря чему аура увеличивается в 2–3 раза. В символе христианской веры, кресте, есть еще одна перекладинка, лежащая ниже горизонтальной линии, которая олицетворяет вечную борьбу добра со злом. Ваш ангел-хранитель находится справа, а вся нечистая сила – слева, вот почему вы иногда плюете через левое плечо, черт при этом утрется и ничего, а своего ангела-хранителя, доброго духа стараетесь не обижать (см. рис. 6).

Есть притча, откуда произошли ангел-искуситель и ангел-хранитель. Вначале Бог создал мужчину, т. е. Адама, одного, а весь другой животный мир по паре. Через некоторое время мужчина пожаловался Богу на несправедливость, и тот исправил ошибку. Так как у Бога уже ничего не было, то он вынул у Адама 9-е ребро, придал ему определенную форму, добавил туда яркий блеск Солнца, бледное мерцание Луны, хитрость лисицы, игривость огня, хрупкость льда, проказы черта, выносливость верблюда, рык льва, яд змеи, ловкость обезьяны, ласку кошки, упрямство осла, непостоянство ветра, трепет лани,

Рис. 6. Символика креста

назойливость мухи, слезоточивость облака, мстительность осы, приспособляемость хамелеона, алчность акулы, посолил, поперчил, добавил немного меда, сахара, подул и сказал: «Бери, какая она есть, и не вздумай ее переделывать, звать ее Ева», и предупредил: «Вы будете жить вечно в раю, но при одном условии, в Эдемском саду есть дерево, с которого срывать и есть плоды нельзя, иначе вы умрете». Но нашелся змей-искуситель, который говорил: «Сорвите и съешьте яблоко, и узнаете правду о своей жизни». Ева, как любопытная женщина, потребовала от Адама, чтобы он это сделал, и тот, находясь еще от блаженства видеть и быть с нею, конечно, выполнил просьбу. Змей-искуситель тотчас доложил обо всем Богу. И Бог, чтобы неповадно было другим, сказал: « Я изгоняю вас из рая, отныне вы будете смертны и чтобы во время всей жизни был за вами надзор, вас будут сопровождать

ангел-искуситель и ангел-хранитель, и от того, кто из них будет сильнее, будет зависеть ваша судьба, идите».

Вот почему дорога в ад вымощена злостью, завистью, ревностью, хитростью, обидой, а вокруг человека накапливаются отрицательные тяжелые энергоинформационные сгустки, от которых всем плохо.

Дорога в рай – это добро, милосердие, высокая нравственность, постоянное совершенствование своей духовности. Но главное, что произошло при этом - осознание, что люди смертны и страх перед ней является причиной всех бед человека.

Сегодня уже доказано, что все земные формы жизни от человека до вирусов имеют сходное ДНК, отличающееся генотипом, т.е. складывается впечатление, что Земля получила основу всего живого одновременно и сразу. Вот почему теория о происхождении человека от обезьяны остается только красивой гипотезой. Мало того, при изучении генотипа всех рас обнаружено, что все люди любой расы произошли всего от одной женщины. Не это ли служит основой для теории возникновения жизни на Земле искусственным образом с помощью панспермии и последующей селекцией людей? Может быть, поэтому наши прародители, живущие в других Галактиках, иногда навещают нас на своих НЛО, изучают, а иногда и похищают? Вопрос пока остается открытым. Конечно, в процессе эволюции у тех или иных видов возможны изменения, т. н. мутации, но они затрагивают только второстепенные признаки, а основные остаются неизменными.

Следует сказать несколько слов о нечистой силе: чертях, дьяволах и т. п. сущностях. Нечего сваливать все недобрые дела на нечистую силу. Как вы поняли из сказанного, все зависит от самого человека, измените образ мышления, направьте желания по праведному пути, законом Гармонии станет сутью вашей жизни. Чем больше человек прилагает усилий для сопротивления злу, порокам,

тем сильнее его духовная сфера, нравственность. Особен-
ность закона Гармонии и заключается в том, что на Зем-
ле человек уравновешивается добром и злом и ему само-
му предоставляется выбор пути. Следует сказать, что в
одном и том же действии можно усмотреть и добро и зл
смотря, кто будет оценивать. Главное, чтобы при люб
действии и образе мысли вы соблюдали нравственны
принцип отношения ко всему окружающему: не делать
ничего такого, что неприятно будет для вас самих.

Таким образом, человек в своей жизни живет на не
скольких уровнях: материальном — своими желаниям
астральном – эмоциями, желаниями и своими мысля
ментальном — разумом. Конечно все эти понятия взаи
мосвязаны, входят опять же, как матрешки, друг в друг
но каждый в зависимости от индивидуальных особенно
стей может доминировать один над другим или быть в
Гармонии друг с другом.

Напомним еще раз, все, что вы делаете в своей жизни
закладываете в ваш банк данных, ничто бесследно не и
чезает, поэтому никакое покаяние перед смертью вам
поможет. Когда вы поняли, что вы собой представляете
духовном уровне, рассмотрим, в чем же суть закона Пе
ревоплощения.

После смерти происходит сбрасывание энергетиче
ских оболочек. ***Эфирное тело***, характеризующее инди
дуальность человека на физическом уровне, трансформ
руется в другой вид энергии. ***Астральное тело***, тело эмоц
желаний, также претерпевает незначительную трансфо
мацию, но остается в более сфокусированном виде
«нижних этажах небесной обители». Считается, что
больше у человека осталось невыполненных желаний
материальном, потребительском уровне, тем больше м
чений душа будет испытывать в загробном мире. М
тальное же тело (наша душа) также никуда не исчез
оно сохраняется в Едином информационном поле В
ленной. Срок пребывания этих оболочек в небесн

обителях различен, где как на настоящем производстве совершается постоянное формирование новых людей на духовном уровне. Происходит процесс воплощения, формирования души. Ментальное тело, соединяясь с астральным, входит в индивидуальное неповторимо-сформированное эфирное тело, которое является основой для физического тела.

В реальный период формирования сознания сформированная сущность на духовном, энергоинформационном уровне входит в материальное тело, как бы в квартиру. Вы скажете, а как же мать, отец, какую роль они играют при рождении ребенка? Они передают ребенку хромосомный аппарат с некоторыми особенностями черт личности родителей, нации, общие и индивидуальные программы развития, безусловные рефлексы и наследственную память. Вот как, например, описывает этот процесс один из просвещенных людей России В.Ф. Войно-Ясенецкий в своей книге «О духе, душе и теле»:

«Наследуются только основные черты характера родителей, их нравственное направление, склонность к добру или злу, высшие способности ума, чувства воли, никогда не наследуются воспоминания о жизни родителей, чувственные и органические восприятия, их частные мысли и чувства. Это и свидетельствует о разделении духа от души и тела».

Что же получается, например, душа вашей умершей матери, когда она попадает во вновь нарождающуюся жизнь, растворяется в ней, исчезает? Нет, конечно, душа каждого человека неповторимо индивидуальна, а ее перевоплощение происходит на уровне голографического двойника. Вот почему кажется, что людей рождается больше, чем умирает, а источник для их душ остается неизвестным.

Нелишне напомнить вам, что от 3 до 10 % людей рождаются левшами, в связи с чем центр речи у них расположен не в левой, а в правой части мозга, а это уже другой

тип памяти, мыслительной деятельности, даже характера. До последнего времени, да и, возможно, сейчас, на таких людей смотрели как на больных, и пытались их переучивать все делать правой рукой, что вызывает у них невротические реакции, страх. Один из авторов книги помнит как ему привязывали левую руку к парте, заставляя в школе все делать правой рукой. Представляете, как после этого хотелось ходить в школу? У человека в каждом полушарии не менее 50 миллиардов клеток и нервных путей, соединяющих левое полушарие с правым. Что удивительно, но у левшей развивается больше ассоциативных нервных связей, в связи с чем они больше, чем правши, достигают в жизни творческих успехов, в личной жизни. Гениальность в ряде случаев рассматривается как аномальность явления, но вместе с тем, ряд великих людей как Юлий Цезарь, Александр Македонский, Чарли Чаплин, Джон Кеннеди, Билл Клинтон и другие — левши. Родители и педагоги России! Не издевайтесь над детьми, у которых несколько изменена природой коммутационная нервная связь, и благодарите судьбу за такой подарок эти дети сделают в жизни больше, чем правши. Заботясь о таких людях, за рубежом даже развита индустрия по созданию различных изделий, облегчающих им жизнь. Если в России до такого проявления чуткости далеко, то хоть не мешайте левшам в раскрытии их творческих способностей.

Многие из вас обращали внимание на то, что в одной и той же семье дети получают одинаковое воспитание, растут в одинаковых условиях, но совершенно разные и не похожи характерами друг на друга. Иногда говорят при этом: в кого ты уродился? Дело в том, что каждая личность является суммой прожитых на духовном уровне прежних жизней, и чья душа к вам попадет — неизвестно. Правда, здесь может работать закон Притяжения подобного подобным. Что же получается? В своей прежней жизни вы грешили, были злобны, завистливы, агрессивны,

мстительны, эгоистичны, все это было заложено в ваш компьютер, и все вновь закладывается в программу, матрицу, вновь зарождающуюся жизнь, которой придется нести ваш крест. При этом человек не только будет искать свой путь, но и расплачиваться за ваши грехи.

Но это только часть объективных фактов. А как же утверждение академика П. Гаряева о существовании волнового генома, т. е. существования вокруг клетки, гена, электромагнитной оболочки. Вы, вероятно, замечали, что после различного рода фестивалей стало появляться больше черных детей? Дело в том, что в результате добрачной связи произошла мутация хромосомной цепочки. Это явление, названное телегонией, позволило установить, что сексуальная связь женщины с её партнером приводит к изменению ее родовой генетики. и чем больше добрачных связей, тем сильнее засорена ее хромосомная цепь, тем меньше шансов родить мужу его детей. Или иначе, он воспитывает «не своего ребенка». Что характерно, у таких женщин абортов не было, что же произошло? Произошло изменение биополевой структуры «волнового генома» клетки, повлиявшего на энергоинформационном уровне уже на сам хромосомный аппарат. Оказывается, наши предки были правы, придерживаясь определенного поведения до женитьбы: знакомство, помолвка, женитьба, и чтобы жена была девственницей, что проверялось после первой брачной ночи.

Тяжелый груз грязной души умершего человека, передаваемый по «наследству» на энергетическом, биоплазменном уровне, сказывается в первую очередь на состоянии ребенка. Кроме этого, ослаблению организма ребенка способствуют родовые травмы, то, что его надолго отлучают от матери и т. п. Вот почему, если у ребенка, например, возникнет лейкоз или другие онкологические заболевания, т. е. заболевания, по нашему мнению, связанные с нарушением биополевой структуры организма, то специалисты по биоэнергетике за считанные минуты

определяют возможность излечения больного, а все усилия любой медицины при этом будут тщетны.

Только своим настроем, мыслями, желаниями и своими поступками вы можете скорректировать то, что вам было передано, и привнести добрые начала или усилить негативные стороны жизни.

Для того чтобы увидеть, что делается с человеком, как мы уже рассматривали выше, достаточно правила трех поколений. Конечно, во все времена были и хорошие, и плохие люди, но нравственные, духовные начала всегда были выше, что и делало людей, общество процветающими. Вот почему в первую очередь надо лечить, заниматься духовной сущностью людей, изменять, преобразовывать их мышление, сознание, жить по закону Гармонии с Природой.

Сейчас много говорят о генной инженерии (клонировании), которая своим вмешательством может якобы помочь избавиться от ряда, в том числе наследственных, болезней и даже обещает продлить жизнь до 100 и более лет. При этом никто ничего не говорит об изменении нравственных, духовных начал человека.

Ну разве не удивительно, что уже доказала генная инженерия? После удаления части молекулы ДНК клетка через некоторое время поврежденную часть спирали восстанавливает в точности такой, какой она была час назад. Но и это еще не все.

Если удаляется большая часть ДНК, т. е. происходит ее разрушение, то благодаря информации, которой, по идее, в клетке уже нет, она тем не менее восстанавливает ДНК в первоначальное состояние. Это лишний раз подтверждает, какая сила находится в организме, только ей не надо мешать, а надо поддерживать в оптимальном частотном режиме деятельность любой системы, в первую очередь биоэнергетическую и иммунную. Конечно, генная инженерия заслуживает того, чтобы ее развивать. Вместе с тем, вмешиваясь в каноны Природы, тем бо

в святая святых хромосомного аппарата, его генетический код, трудно не представить себе пагубность последствий подобного рода экспериментов.

Образ мышления, поведения многократно повторенные в действии в течение нескольких поколений — это уже наследственность, а если при этом родители пьют водку, курят, сквернословят, ведут недостойный человека образ жизни, то при чем здесь генная инженерия? Это напоминает путь ремесленника, материалиста, которые исправляют, как в машине, обнаруженную поломку, т. е. устраняют симптом, а причина остается. Человек же социальное существо, где все взаимозависимо, как внутри организма, так и внешними факторами, энергией, пронизывающей все в мире.

Духовность может существовать без физического, но физическое без духовного — это животное. Вот почему появление уродов, дебилов, олигофренов и т. п. — наказание за нашу бездуховность. И еще. Вы не задумывались также над вопросом: почему мужчины (женщины) начинают тяготеть к противоположному началу и становятся ими или сами или с помощью хирургических вмешательств? Это происходит потому, что в прошлых жизнях они были противоположного пола.

Дети, являющиеся хорошими сенситивами, эмоционально чувствительные, у которых широко раскрыты энергоинформационные каналы с Космосом (вы помните, что 4-й родничек зарастает позже всех, а как раз через него идет связь с Космическим Разумом), часто рассказывают якобы необычные вещи, фантазируют, летают. На самом деле дети вспоминают свои прошлые жизни, а в последующем эти чувства грубеют, материализуются.

Трудно себе представить многообразие факторов, которые могут влиять на духовную структуру человека. Приведем некоторые из них.

Человек по своей натуре эгоистичен. Еще не родившись, он, как правило, становится желанным, а после

рождения его окружают любящие родители, родственники, и на духовном уровне он становится потребителем, боль ше берет, чем отдает: постоянная излишняя опека, запре ты, обилие сладкой, смешанной, жареной пищи и т. Вторая сторона этой проблемы: ребенок рождается неже ланным. Известны случаи, когда родившийся ребен отказывался от груди матери, потому что негатив информация уже была заложена в организм ребенка, несмотря на то, что мать может приложить достато много усилий для исправления своей ошибки, ущерб ность, «заноза» остается у ребенка на всю жизнь: он б лен на духовном уровне. Усиливать эти явления мож воспитание ребенка без отца и многие другие факторы Например, если мать, не научившись понимать, что ра или поздно ребенок начнет жить самостоятельной жи нью, будет с эгоистической привязанностью считать и своим, то Гражданина из такого человека не получится

Конечно, все, что вы здесь узнали, необычно, и до принимается с трудом, вместе с тем необходимо себе уб ить, что прожитая вами жизнь не только ваше личн дело, она является начальной новой на духовном уров жизни, в чем и заключаются основы бессмертия ду Дела человека, не сообразующиеся с законами Всел ной, Гармонии, Духа и пр., как правило, направлены эгоистические устремления, рано или поздно приводя деградации личности, распаду общества, в котором живет.

Известно, что человек создан Богом по своему образу подобию, которого они видят в образе Христа как сына. Однако существует много религий и каждая пр ледует свои догмы, хотя конечная цель их одинакова

Вы замечали, что религиозный человек может быт обязательно духовным, когда он как бы запорот, превр щен в раба Божьего и должен точно следовать канон религии. Любое отступление от религиозных дог инакомыслие, ересь всегда преследовалась, прета

анафеме. А как же в таком случае заповедь: возлюби ближнего как самого себя? Или: Не судите, да не будете судимы? Что-то много таких нестыковок в Библии.

Нам ближе по духу учение Бахаизма, утверждающее, что Бог един, он олицетворяет Вселенский Разум, или, как его называет К. Циолковский — Космический Разум.

В своей книге «Жизнь после жизни» Моуди подчеркивает одну характерную особенность людей, побывавших между той и этой жизнью в состоянии реанимации. Как правило, они попадали в трубу, в конце которой видели свет, от которого становилось радостно, светло на душе, с которым не хотелось расставаться. И второе, все они в дальнейшем тянулись к знаниям, самосовершенствованию и, как ни покажется странным, верующие переставали верить в Бога.

Основная цель Бахаизма, который, кстати, зародился на территории России, в Ашхабаде, — объединение всего человечества в единую семью для достижения прочного и всеобщего мира.

Не о том ли мечтали русские философы, основоположники космизма Н. Федоров, В. Соловьев и др., говоря, что ***каждый Человек — это Богочеловек, а человечество — Богочеловечество.*** Каждая религия преследует в первую очередь собственные интересы, утверждая свою власть над людьми, прикрываясь Богом. Людям Бог нужен для веры, направленности мыслей на добрые дела. Обычаи, заповеди, религиозные ритуалы помогают человеку хранить единство духовного и физического, содержать свой организм в Гармонии с Природой. Вспомните посты, которые направлены на очистку организма как физического тела, после которых биоэнергетические процессы идут на новом, чистом уровне. Однако по современным понятиям Бог ассоциируется с Космическим Разумом. Болгарская ясновидящая Ванга и другие посвященные видят Бога в виде Света, с которым как раз и связывается Высший Разум.

Если верить в закон Справедливости, по которому должны жить люди, то Богу нужны не рабы, а люди действия которые не молитвами, а своими творческими началами чистыми помыслами, должны изменять мир. В этом-то заключается великое предназначение Богочеловека. Человек должен верить в первую очередь в самого себя. Читая Библию, трудно поверить, что Христос, побывав в многих странах, в том числе в Индии, не мог проникнуться идеей бессмертия души, которая в своем эволюционном начале движется по реинкарнационной спирали

Оказывается, как выяснил А. Мартынов, Нагорная проповедь Христа как раз и была посвящена закону Перевоплощения, реинкарнации, но она исчезла из Библии, что случилось на Иерусалимском соборе в 1523 году (документы об этом находятся в Британском музее).

По этой теории смерть — это переход из одного состояния в другое, а судьба — это карма, в действие которой заложена программа, невыполненная вами в предыдущих воплощениях. Конечно творить добро не просто надо постоянно противиться злу, соблазнам, ибо жизнь — это вечная борьба противоположностей, в результате постоянного самосовершенствования нравственная сущность человека только закаляется, а его созидательная деятельность способствует гармоничному развитию общества.

Сегодня, пожалуй, нет человека, который сомневался бы в том, что внушаемые мысли — это вкладывание психической энергии в ваше сознание, это настрой на саморегуляцию, которая лучше всего осуществляется непосредственно перед сном или сразу же после пробуждения, когда мысль работает на подсознательном, вернее, надсознательном, уровне, как бы на границе сна-бодрствования, что наблюдается и в состоянии медитации. Мысль как проявление психической энергии может передаваться из мозга в мозг (программа Зомби) и в зависимости от направленности способна или созидать или разрушать.

Сейчас уже ни для кого не являются секретом проводимые исследования, основанные на использовании принципов биоэнергетики: дистанционное управление людьми, стирание в памяти и вкладывание новой информации, включение и выключение электронной аппаратуры и т. п. (фирма «Мейкайнд ресерч энлимитед корпорейшн» и др.). Теперь представьте себе последствия работ над психотронным оружием.

Так как в мире все взаимосвязано, любое действие человека, направленное на добро или зло, транспортируется в окружающую среду в виде сгустков энергии, оказывая соответствующее воздействие на энергоинформационную структуру людей и Природы.

Помните, что преемственность поколений — это не только передача генетического кода от родителей, но и духовной энергоинформационной сущности живущих в прошлом людей, которая передается нам при зачатии. ***Человек оказывается за все в ответе, и в первую очередь за свое мыслесуществование, от которого может быть хорошо или плохо людям и всему, что их окружает. От состояния психической энергии зависит ваше здоровье, своими мыслями мы привлекаем к себе то, чего боимся: боимся заболеть — заболеем, боимся воды — утонем, боимся быть обворованными — будем ограблены, боимся смерти — умрем.***

Борьба со злом - это в первую очередь борьба со страхом. Бороться со злом очень просто, есть такое чувство как любовь, которая удивительным образом сражается против него. Не надо на него реагировать, не поддавайтесь на эмоции, не переходите на резонансную волну зла, ведь этого как раз и добивается злой человек, пожалейте его мысленно как юродивого, сдержитесь, и злобное чувство к вам не пристанет, а как бумерангом еще сильнее хлестнет плохого человека. Если вы расслабитесь, раскроете эмоциональные чувства, злой человек просто подключится к вам и будет как вампир качать

энергию, чего он и добивается. Противодействию трудн... но можно научиться.

КТО МЫ?

Как вы уже знаете, наш организм — это сложная энер... гоинформационная система, являющаяся составной ч... тью Вселенной, в которой все взаимозависимо и взаимо... связано. Однако ранее мы не могли в более конкретно... форме ответить на извечно мучивший вопрос, что же со... бой представляет Человек. С точки зрения религиозно... догм утверждается, что Человек сотворен Божественны... началом по его образу и подобию, но кто из вас видел Бога и почему тогда на иконах все святые изобража... как люди? Вам уже известно, что мы состоим из атомов, которые, расщепляясь, выделяют энергию, свет, которы... в свою очередь, имея электромагнитную природу, прони... зывает весь организм: клетку, орган, мышцы, нервную систему, мыслительный процесс. Интересен в этом отно... шении взгляд на глубинные энергетические процессы Анатолия Лисаковича, совпадающий с нашим. Ес... клетка находится в покое, она снаружи имеет положи... тельный заряд, а в возбужденном — отрицательный. Физики частицу света, фотон, отмечают плюсом, т... крестом. Ведь по Библии Бог-Отец «есть Свет, в котором нет тьмы». С началом возрождения христианства на ру... одежды святых, изображаемых на иконах, картины были покрыты крестами, символами Света. Вот почем... сияющий нимб, особенно над головами, есть олице... ворение света, идущего изнутри или, говоря современ... ным языком, фотонное, квантовое излучение, биопол... имеющее положительный заряд, свидетельство высоко... духовности этого лица. И вот почему в ряде случаев люди, находящиеся в реанимации между этой и то... жизнью, видят перед собой тоннель, в конце него ярк...

необычный свет, от которого невозможно оторвать взгляд, и им становится хорошо. В то же время у людей, у которых энергия направлена на низменную, потребительскую сущность, такого нимба нет, а биополевая структура имеет сероватые тона.В мозгу у нас находятся миллиарды нервных клеток, узлов, а на каждом см кожи — это тоже мозг, только вынесенный наружу — их до 2 тысяч и все они излучают энергию. Одной из особенностей этих клеток является то, что они имеют форму треугольника, пирамиды. Не потому ли тайна египетских пирамид до сих пор привлекает внимание ученых всего мира. Далее в Библии читаем: «Вначале было Слово и Слово было у Бога и Слово было Бог». Сегодня мы говорим, что слово — это материальный субстрат, имеющий фотонную, световую, т.е. электромагнитную природу и несущую определенную информацию. Эта энергия и информация существует везде: внутри, вокруг нас, во всей Вселенной, которая по своей сути является понизирующим вещест-вом. Человек же представляет собой дискретную форму плазменной энергии, входящей в состав Разумного сверхорганизма — Вселенной. Вот почему Господь Бог творит человека по своему образу и подобию. Подобие здесь в энергетической основе – свете, а не внешней форме. Поэтому Бог «бестелесен и мудр», в связи с чем под единым энергоинформационным полем следует понимать не только сумму информации, имеющейся во Вселенной, а живой Космический Разум, о котором говорил К. Циолковский и откуда можно извлекать любую информацию, направленную или на созидание (положительную, световую), или разрушение (отрицательную, темную). Вот почему в святых писаниях Слово и Свет следует рассматривать как синонимы, имеющие одну природу. Получается, что в этом определении сверхорганизма Вселенной живые люди представляют собой лишь малые частицы, фотоны света, «искры Божьи», и по большому счету наука соединяется с религией, а психическое, душевное с

физическим, ибо все вместе взятое — это глубинный з
конца еще не познанный мир.

Грядущая эпоха Водолея позволит не только выжить
людям, но и осознать свою значимость и роль в создани
Гармонии как внутри себя, вокруг и во всей Вселенной
Биофизики говорят, что изменение полярности — дел
временное и в возбужденном состоянии система долж
находиться не может, она должна занять устойчивое п
ложение. Возьмите слово революция (ре э-волюци
этимология этого слова: процесс, обратный эволюци
онному развитию), это суета сует, разрушительная сила
крах культуры (культ у Ра т. е. поклонение свету, Богу-
Ра). Само по себе слово культура означает основу, фун
дамент общества, самобытность народа, с потерей кото
рого общество перестает быть. Сейчас на теле России
вновь возрождаются нательные кресты церкви.

Только если вы заметили, процессы, происходящие в
церкви, еще далеки от истинных христианских заповедей
которые должны стать неотъемлемой частью духов
ности, особенно тех, кто с амвона проповедует не то,
чем он думает и что делает. Это тем более тревожно, ч
при содействии или невмешательстве правительства в
России идет распространение различного рода нетрад
ных сект, которые вносят свою лепту в моральное и
духовное развращение русского народа.

Правда, у нас в стране никто не учит, как быть здоро
вым, тем более на фоне социальной, экономической
политической неустроенности, разобщенности людей
вечном пребывании в страхе и неуверенности в завтра
нем дне. Даже в самые худшие времена России не бы
столь беспредельной деморализации общества, что ск
зывается особенно на молодежи. Вседозволенность
обогащение незначительной части населения и обнищ
ние дошедшей до грани выживания основной массы,
шенной социальных гарантий, уверенности в будущем
устойчивости жизненных ориентиров, что само по с

приводит к снижению сопротивляемости организма, его иммунной системы и обострению имеющихся и появлению ранее неизвестных заболеваний.

Любопытный материал мы обнаружили в своих архивах, с которым хотим познакомить и вас. Простой смертный в течение всей своей жизни пытается понять смысл жизни, предназначение, найти свое счастье, а оказывается, что оно зависит не только от него.

Жизнь продолжается,
ничего на меняется.

Нет, не милосердье
Пастыри даруют,
А с тройным усердьем
Грабят и воруют.

Загубили Веру,
Умерла Надежда.
Делают карьеру
Жулик и невежда.

Знай, убогий странник,
Каждый настоятель
Чей-нибудь племянник
Или же приятель.

Зря себя тревожишь:
В мире вероломства,
Выдвинуться можешь
Только по знакомству.

В честном Человеке
Гнев созрел великий.
Иль дана на веки
Власть презренной клике?

Сам я как на тризне
Скорбно причитаю,
Ибо этой жизни
Смерть предпочитаю.

Миром правит хитрость,
Мир вражды и кражи.
Мир, где сам антихрист
У Христа на страже.

XII век. Антиклерикальные стихи. БВЛ.
Поэзия миннезингеров, трубадуров, вагантов

В конце 1998 г. Патриарх Всея Руси Алексий II, подводя итоги года, сказал: «В России безумный мир, где ложь и обман стали нормой поведения».

(Газета «Московский Комсомолец», 19 мая 1999 г.)

Россия — это единый мощный организм, национальное духовное тело народа-этноса. Каждый же человек — это индивидуум, живущий только в сообществе себе подобных, создающих Сверхразум, который при определенной критической величине — суммарной мощности и направленности положительной или отрицательной энергии — может способствовать или созиданию или разрушению. С развалом Союза малые народности потеряли свою критическую массу, а вместе с ней и разумные действия, пришли в состояние возбуждения и состояние покоя для этих «биоклеток» кончилось. Если на границе между внутренним и внешним состоянием минус, то жди беды, конфликтов. И так на всех уровнях: атом, молекула, клетка, орган, тело, сообщество, нация, Вселенная. Все в мире взаимосвязано, все должно находиться в душевном гармоничном состоянии, нарушение которого рано и поздно приводит к дисгармонии, насилию, разрушению

То, что сейчас происходит в России, связанное с ухудшением жизненного уровня, является результатом насыщения окружающего пространства негативной информацией страха, бесправным унижением личности, преступностью, порождающими ненависть, злобу, казнокрадство, зависть. Эти низкие вибрации, идущие сверху, блокируют духовное возрождение общества, создавая своеобразный энергетический эйдос, обладающий мощной энергией, которая и создает критические ситуации как среди людей, так и в окружающем пространстве. Нужно только помнить, что в мире никто не обладает такой стойкостью и мудростью, как Россия, но сколько же ей приходится тратить сил на пути создания условий жизни, которой она достойна? Может быть, мы сами в этом виноваты? Как мыслим, так и живем? Неужели все зависит только от нас самих? Мы убедились в том, что здоровье точно зависит от нас самих, только для этого надо приложить определенные усилия и знания. А в остальном, как вы думаете?

Если вспомнить, что наши потенциальные, скрытые, резервные возможности используются с 8–10-кратно меньшей нагрузкой, то мы должны представлять наполненную энергией сжатую пружину. Только эту энергию надо все время обновлять постоянной тренировкой, не давать системе ржаветь (остеохондроз, артроз), направлять в русло, в котором нет застоя (нарушение обменных процессов), жидкость в ней должна быть чистой (эндоэкологическое состояние), а мощь стремнины (помыслы) использовать на дела, предназначенные и вложенные Природой в человека, которые должны делать нашу жизнь краше и счастливее.

ПРОСТЫЕ СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ ОТ СГЛАЗА

Есть довольно простые способы защиты от отрица тельного биоэнергетического воздействия (сглаза). Вот некоторые из них:

1) при встрече с человеком, который вам неприятен, говорите мысленно, глядя в левый глаз: «Все, что вы (ты) сказали или подумали, пусть будет так по воле Бога (3 раза). Аминь»;

2) как бы надеть на себя колпак из стекла, полиэтиленовой пленки, стены падающей воды и т. п.;

3) произносите: «Чур меня». Во всех случаях желайте себе хорошего, доброго здоровья;

4) даже похвала, особенно по отношению к ребенку, высказанная неискренне, может привести к сглазу. Самое простое, что вы должны сделать, это сплюнуть через левое плечо (3 раза);

5) английскую булавку носить с внутренней стороны одежды головкой кверху;

6) скрестить руки или ноги, средний палец положить на указательный, наконец, сделать «кукиш» (комбинацию из трех пальцев);

7) в Белой магии есть такое правило: «Добро возвращается дважды».

Делая Добро, никогда не ждите того же от людей — это будет напоминать бартерные сделки. ты мне, я тебе. Помните, сделанное Добро рано или поздно сторицей воздастся вам;

8) одной из мер очистки квартиры от отрицательной энергии являются церковные свечи, ибо огонь обладает мощным энергетическим воздействием. Двери, окна, форточки должны быть закрытыми. Горящей свечой, начиная с помещений от входной двери, по часовой стрелке спокойными движениями делать крестное знамение во всех углах. Чистку производить до тех пор, пока свеча не перестанет трещать или коптить, особенно у

происходит в местах скопления отрицательной энергии в углах. При этом читать «Отче наш».

Многие увлекаются спиритизмом, используя для этого различного рода маятники, блюдца, иголки и т. п. Спиритические контакты — это контакты с астральными силами, которые до добра не доводят: происходит своего рода психическая агрессия против того, кто этим занимается, так, сущности с отрицательной энергией могут поселяться в квартире. У таких людей наблюдается повышенная эмоциональная возбудимость, раздражительность, боли в области сердца, позвоночника, плохой сон и т. д. То же самое происходит с людьми, занимающимися усиленно медитацией, которые входят в контакт с инопланетянами. Вместо того, чтобы вести здоровый образ жизни, закаливать организм, повышать тонус, они расслабляются душой и телом, что приводит к коматозным состояниям, психическим расстройствам и даже самоубийству.

К аномальным явлениям, которыми заканчиваются подобные контакты, относится «астральная роботизация (вселение злых душ в тело), «половая агрессия» (интимные половые связи, насильно проводимые астральными сущностями), явление «полтергейста», при котором происходит нанесение материального ущерба. Это случается с людьми со слабой волей, имевшими в анамнезе черепно-мозговую, родовую травму, нервно-психические и другие расстройства. Во всех этих случаях необходимо, во-первых, очиститься от собственных пороков, искренне поверить в силы Добра, вступить в борьбу с сущностями и не поддаваться на «провокации». Помните главное: здоровый дух – в здоровом теле, а это зависит только от вас самих.

Психическая же энергия, как проявление биоэнергетических процессов, происходящих в организме, зависит от нашего образа жизни, питания, дыхания, характера взаимоотношений с людьми, Природой. Что и как мы едим, тем и болеем, с кем дружим – тем и становимся, как живем и думаем, что сеем, то и пожинаем. Круг замкнулся.

С верой в добрые начала человек приходит в этот мир, и по какой спирали пойдет наша жизнь, на что она будет направлена - эволюцию (созидание) или инволюцию (разрушение), зависит только от нас самих. Человек со смертью не исчезает, а переходит в другое состояние, тем самым заполняя пространство, в котором не должно быть пустоты, так как Вселенная находится в вечном движении, благодаря энергетическим процессам, где все живет по законам Природы и по закону Гармонии, в котором ничего не исчезает, а просто переходит из одного вида материи в другой.

Еще лет десять тому назад мы не могли себе представить, что будем писать о бессмертии души. Чем больше интересуешься процессами мироздания, тем больше убеждаешься, как мы мало знаем. То, что вы узнали в этой главе, это раздумья и мысли таких людей, с которыми нас сводила жизнь, как Ю.А. Фомин, А.В. Маргынов, Ю. Андреев, семейство Рерихов, а для А. Игнатенко, Светланы Моа побывать на других галактиках – - все равно, что для нас выпить стакан воды. В конце хочется сказать, что затронутая тема слишком сложна, чтобы ставить на ней последнюю точку, но пусть этот материал для некоторых будет плодом раздумья, а для некоторых становление на праведный путь самосовершенствования, помня о том, что душа бессмертна и от состояния сознания зависит наше психическое, душевное здоровье. Таким образом, ***не только здоровье находится в ваших руках, но и знание тоже.***

ГАРМОНИЯ СЕКСУАЛЬНЫХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ КАК АСПЕКТ ЗДОРОВЬЯ*

Если физическое и психическое здоровье находится в ваших руках, то половое здоровье — тем более. Давно известно, что взаимоотношения между мужчиной и женщиной — показатель культуры как отдельного человека, так и общества в целом. Много факторов послужило причиной того, что половая культура в нашем обществе находится на крайне низкой ступени, что является одной из причин дисгармонии. Достаточно сказать, что причина до 3/4 разводов лежит именно в этой сфере. А ведь семья — это устои общества и государства.

Вседозволенность и свобода взаимоотношений без какой-либо ответственности приводит к деградации личности. Акцент поведения, идущего от материальной сферы, когда низменные, животные инстинкты практически выключают духовную сферу, ведет к извращениям в половом отношении и делает таких людей социально опасными.

Близость мужчины и женщины — это наиболее важный клубок взаимоотношений между ними, от которого зависит счастье людей. Раньше семья держалась на вере, ответственности перед собой, семьей, обществом. Сейчас

* В написании данного раздела неоценимую помощь нам оказал сексопатолог, кандидат медицинских наук Р.В. Беледа, за что приносим ему сердечную признательность.

все это приобрело неопределенные формы. За рубежом интимная сторона жизни людей все время находится в центре внимания и соответствующее воспитание ведется на государственном уровне, начиная с пеленок. У нас же до последнего времени это вообще было запретной темой, как будто секса в стране не существовало, только непонятно было, откуда появлялись дети.

Наша безграмотность в этом отношении вопиюща. Даже в медицинских вузах практически ни одного часа не отводится на проблему взаимоотношения полов. Как всегда свято место пусто не бывает. Восполнить пробел в таком воспитании взялась бульварная литература типа «Как стать сексуальной женщиной». Удивительно, что этим занимаются безграмотные люди, а специалисты, работающие в этой области сексопатологи и психологи молчат. Трудно себе представить последствия того, что творят телевидение, печать. Не речь идет не просто о сексе, эротике, а о порнографии, воспитывающей низменные чувства, что возможно только в бесправном государстве. Как не поразиться уму и дальновидности Маргарет Тэтчер, беспокоившейся за нравственность своего народа, запретившей показ по телевидению, в театрах эротических сцен: все должно делаться в благопристойной форме.

Взаимоотношения между мужчиной и женщиной — это тайна, скрытая от всех, но основаны они на их психофизиологических особенностях. В какой-то мере мы постараемся помочь вам узнать, что физическое и психическое состояния включают в себя и такой немаловажный компонент здоровья, как гармония сексуальных взаимоотношений между людьми.

Если рассматривать человеческое тело как часть Природы, то оно всегда привлекало внимание. Одежда, которую надел на себя человек, — это условности, атрибутика. В Африке даже сейчас есть племена, где мужчины ходят голыми, женщины носят набедренные повязки, а в 40-50 км все делается наоборот. Во времена А. С

Пушкина если мужчина видел женскую ножку из-под длинного платья, он терял голову, а сейчас, видя практически раздетую женщину, все воспринимаем нормально.

Как-то судьба забросила нас в турецкие бани Баден-Бадена, что находится в Германии. Это прекрасно оформленное здание в восточном стиле. На 1-м этаже вы попадаете в большое помещение, разделенное на секции, вода в чанах булькает, журчит, и все выглядит благопристойно по нашим русским меркам: мужчины ходят в плавках, а женщины в купальниках. С одной стороны через прекрасно оформленную портьеру вы попадаете в бассейн под открытым небом, в который через определенные промежутки времени по узким лабиринтам пускается мощный поток воды и в котором барахтаются смеющиеся люди. Вода комфортная — 18 20° С. Однако через песчаную отмель находится еще один бассейн, где вода холодная. Дело было зимой, в январе, и, конечно, мы не могли себе отказать в удовольствии окунуться в такую воду. Естественно, это вызвало любопытство окружающих. Но самое интересное нас ожидало на 2-м этаже, куда мы поднялись с женой, я в плавках, а она в каком-то довольно легкомысленном купальнике, в котором пикантно смотрелся пупок посередине. Я почему-то ей сказал: «Прикрой пупок». Что она и сделала, использовав полотенце. Коридоры и залы 2-го этажа были неярко освещены, но ко мне сразу же подошел служащий и предложил снять плавки. Я ответил, что мне и так хорошо. Вскоре уже два служащих, стоя по бокам, предупредили, что если я не сниму плавки, то буду удален из бани. Быстро сообразив, что дело принимает серьезный оборот и шутки плохи и, вероятно, я чего-то не понимаю, отойдя в угол, снимаю с себя то, что можно было еще снять, и, прикрываясь ладошками, стал наблюдать за окружающими. Только тут я обратил внимание, что вокруг меня находятся люди в чем их родила мать. Оказывается, в парилках, саунах, чанах сидят и ходят голые люди. Даже у меня, врача, возникло

удивительное чувство, когда рядом находятся люди в своей не только духовной, но и физической свободе. Все выглядит естественно: будь то женщина или мужчина, плывущие в бассейне на спине. На следующий день своим немецким коллегам мы рассказывали, как побывали в русской бане. И только доброе отношение к нам и, вероятно, чувство юмора, с которым все это преподносилось, не позволили им сказать, что мы из страны дикарей, где коммунистическая закомплексованность вдалбливалась нам пуританским воспитанием.

На что мы еще обратили внимание. Практически все подтянутые животы, стройные фигуры. Не так и постукивают на пятках особенно мужчины, когда они увидев очаровательную девушку, подтягивают свои висячие животы. Это естественное желание выглядеть стройным. Но если вы хотите выглядеть так надо потрудиться, чтобы ваше тело было красивым, тогда и показать будет его не стыдно. Что происходит с вами, когда вы смотрите балет? Вы очарованы красотой человеческого тела, музыкой и на второй план уходит все земное, что связано с обладанием телом. Возникает восхитительное состояние, которое в последующем только обостряет чувства к вашей спутнице.

Мужчина и женщина, Ян и Инь, положительное и отрицательное, то, что всегда интересовало и соединяло людей, когда два индивидуума сливаются в одно, чтобы создать третьего. Это естественный дар, данный нам Природой.

Что же должно объединять двух людей, которые по добровольному согласию вступают в совместную жизнь? Конечно же любовь, уважение друг к другу, желание быть рядом, решать все жизненные вопросы вместе, придерживаясь принципа: если ты не можешь, то это сделаю я. Не «качать» свои права, требуя от партнера, чтобы он поступал так, как вы хотите. Главное в жизни двоих — это конечная цель — создание прочной семьи, забота о

ближних, но каждый должен обладать свободой мышления и жить по законам Добра. ***Постоянно очищая себя, не копя обид, уметь прощать, не держать зла, именно в этом заключается истинный смысл любви.***

Это не значит поступаться своими принципами, честью, давать унижать себя. Как, например, мы поступаем по отношению к своим детям: если ты не сделаешь то-то, то не получишь это. Родившись, человек уже должен быть свободен, он самый умный, сильный, красивый.

Здесь мы будем рассматривать только взаимоотношения мужчины и женщины. Вместе с тем существует целая градация людей, которые находят удовлетворение друг в друге, соединяя свои жизни: мужчина с мужчиной (гомосексуалисты), женщина с женщиной (лесбиянки). У нас до настоящего времени такие связи преследовались по закону, хотя в европейских странах (Скандинавия и др.) браки между указанной категорией лиц разрешены. Уже стали известны случаи, когда с помощью операций из мужчины делают женщину и наоборот, что связано с генетической предрасположенностью таких людей.

Одним из патологических видов половой связи является кровосмешение, так называемый инцест: отец – дочь, мать — сын, брат — сестра и т. п. Здесь вступает в силу проявление зависимости на духовном, материальном уровне, когда, например, дети воспринимают это как проявление любви, ласки, быть ближе к тому, от кого зависит забота, пропитание. Это своего рода вампиризм, который в дальнейшем ломает судьбы людей, а родившихся детей делает инвалидами.

Многие годы у нас не уделялось должного внимания привитию элементарных знаний о психофизиологических особенностях организма, не говоря уже о противоположном поле. Например, почти 40 % опрошенных считают, что поллюции во сне — это заболевание, занятие онанизмом (мастурбация) обязательно приведет к половой слабости. Многие на вопрос: «Как вы считаете, что явилось причиной

вашего заболевания?» – отвечают: «Доктор, я в детстве много занимался онанизмом и поэтому стал таким слабым». Это утверждение не соответствует действительности, так как в указанном возрасте, в тот или иной период онанизмом занимаются от 70 до 93 % нормально развивающихся в половом отношении юношей. Также не приносят вреда и ночные поллюции (семяизвержение), когда юноша или мужчина видят сны любовного содержания, что наблюдается у них, когда они еще не живут половой жизнью или не имеют возможности заниматься ею регулярно. Нормой являются поллюции не чаще 1–2 раза в неделю, а у взрослых мужчин 1–2 раза в месяц. Кстати, она зависит от очень большого числа факторов: половой конституции, состояния здоровья, характера выполняемой работы и т. п. Более того, если у юноши в 16–18 лет нет ночных поллюций и он не занимается онанизмом, то это указывает на то, что ему необходимо обратиться к сексопатологу. К врачу необходимо обратиться и в том случае, если поллюции очень частые, например 3–4 раза в неделю.

Одним из факторов, резко снижающих потенцию и ведущих к появлению половых нарушений, является ранняя или преждевременная, добрачная половая жизнь.

Что значит ранняя половая жизнь? Это когда юноша начинает половую жизнь в 15–17 лет или еще раньше. Почему? Ведь поллюции у подростков начинаются в 13–15 лет, и с этого времени они начинают заниматься онанизмом, что указывает на то, что их половая система «готова к действию». В какой-то степени это так, но в целом организм подростка еще не готов к половой жизни, которая требует большого физического и нервного напряжения и сопровождается бурными негативными проявлениями. Например, к моменту оргазма частота пульса повышается до 140 ударов в минуту, максимальное кровяное давление поднимается на 30–40, а минимальное на 15–30 мм рт. ст. Такая сверхсильная для подростка стресс-

нагрузка не укрепляет, а истощает организм; так как формирование мужчин заканчивается только к 22–24 годам, поэтому и жениться надо в это время, встав прочно на ноги в материальном и духовном плане. Еще больший вред добрачная половая связь оказывает на девушек, особенно их последствия: прерванная беременность (криминальный аборт, перфорация матки, кровотечения, инфекции и самое главное бесплодие, которое наступает более чем в 50 % подобных случаев).

Браки, которые заключаются не по любви, а по внешним обстоятельствам (зачатие детей до брака), как правило недолговечны, а число разводов при этом более чем в два раза превышает их в других парах. До 30 % женщин, имевших добрачные связи, в 2–3 раза чаще изменяют мужу, чем те, кто их не имел. Большая же часть женщин так и не выходит замуж за отцов своих детей. У девушек до 16–18 лет во влагалище не сформирована кислая среда, которая способствует очищению от патогенной микрофлоры, что вызывает различные заболевания. При раннем начале половой жизни наблюдается духовная опустошенность, скептическое отношение к браку.

И главное, добрачные связи, особенно случайные встречи при отсутствии гигиенических условий, чреваты опасностью заражения венерическими заболеваниями, СПИДом.

Но это еще не все. Не менее серьезные данные имеют следующие факты. Академик П. Гаряев, основоположник учения о «волновом геноме», объяснил явление перехода электромагнитных связей от одного человека к другому. В частности, если девушка до замужества жила половой жизнью, то выйдя замуж, у нее рождается ребенок по всем признакам (генетическим, биохимическим) от отца, но никакого отношения к нему не имеет, т. е. он не воспитывает «своего ребенка», с которым в дальнейшем не может найти общего языка. Бывали случаи, когда от белых родителей рождался черный ребенок (у девушки 10 лет тому

назад была половая связь с негром, аборта не было). Это связано с тем, что в геноме на химическом уровне в молекуле ДНК заложена информация только на 1 %, а 99 % находится в энергоинформационной структуре, окружающей клетку. Еще раз повторимся. Как не отдать должное, когда у наших предков женитьба складывалась из нескольких этапов: знакомство, помолвка, женитьба, а после первой брачной ночи — проверка невесты на девственность. Эти факты хорошо известны биологам, животноводам, наблюдавшим подобные явления при скрещивании животных, но объяснение тому дал только академик П. Гаряев.

Счастливая семья, счастливый брак, как не ошибиться в любви и воплотить все это в жизнь? Мало кто из нас задумывался, что само слово «брак» изначально несет в себе — как это ни грустно — элемент ошибки. Ведь бывает так, что мимолетное увлечение принимается за внезапно вспыхнувшую любовь и является поводом для поспешного брака.

Как показывают данные социологов, у 52 % вступающих в брак знакомство носит более или менее случайный характер: на танцах, в турпоходе, на вечеринках и т. д. Счастливая супружеская жизнь зависит не только от того, чтобы найти хорошего человека, но и от того, чтобы самому быть таким же хорошим. Большую роль играет испытание временем: чтобы узнать внутренний мир и интересы избранника, его жизненные позиции, родных, друзей. Немаловажное значение, например, для зятя имеет знание черт характера тещи, ибо, как говорят в народе, это копия вашей будущей жены, а также роль тестя в семье. Не безынтересно и такое житейское наблюдение. Если указанные и другие факторы в какой-то мере можно узнать до свадьбы, то сексуальную грань совместимости можно узнать только после нее, а именно здесь и находится много подводных камней, которые омрачают жизнь. Недаром в ряде стран после объявления молодых

женихом и невестой им разрешается жить вместе, и в случае их несовместимости в половом отношении помолвка расторгается и в дальнейшем это не рассматривается как «грех». Г.С. Васильченко и Ю.М. Решетняк в определение степени супружеского счастья вкладывают пять факторов: ***физический*** — симпатия друг к другу; ***материальный*** — вклад партнера в общий бюджет семьи; ***культурный*** — соотношение интеллектуально-культурных запросов супругов; ***сексуальный*** — удовлетворение сексуальным требованиям друг друга и ***психологический***, объединяющий все сказанное и определяющий единство и целостность человеческого поведения.

От комплекса указанных и других факторов зависит здоровье партнеров, нравственный климат в семье, общественная активность, удовлетворение самим собой и жизнью и высокая степень преодоления различных житейских трудностей. Счастливые в семейной жизни люди в среднем живут дольше, меньше болеют, чем несчастливые или одинокие.

Достоверным психологическим фактором является то, что резкая суровая критика одного супруга другим ведет к психологическому напряжению, эмоциональным срывам, конфликтам, дискомфорту и отчуждению. Ведь критикуемый излагает понимание собственных позиций по тому или иному вопросу «как бы я поступил на его месте». Из жизни вы знаете, что подобные попытки, как правило, обречены на провал. Никогда не «примеряйте» каким он (она) будет для вас, а думайте, главным образом, каким вы будете для супруга. Поближе узнайте потребности, запросы, вкусы, взгляды и желания своего избранника и постарайтесь, насколько это возможно, соответствовать этим требованиям. Развивайте и совершенствуйте те качества, которые оценил ваш друг, и изживайте то, что его омрачает, т. е. должна идти все время как бы притирка друг к другу, что особенно важно в начале жизненного пути. Критика, а, как правило, это требование делать

так, как я этого хочу, порождает отрицательные чувства, накапливает их, разрушает эмоциональную близость, контакт. Ведь каждый в другом ищет защиты, успокоения, поддержки, избавления от одиночества. Поэтому брак нельзя рассматривать только как средство удовлетворения сексуальных потребностей. Не менее важным является духовное единение в общении, потребность быть с другим человеком. Еще Гегель писал: «Брак отличается от сожительства тем, что в последнем имеет значение главным образом удовлетворение естественных потребностей, между тем как в браке эти потребности оттесняются на второй план».

Для сохранения семейного счастья супруги в равной степени должны быть грамотными в трех областях знаний: психологии, физиологии и педагогике. Анализ причин несчастных семей показывает, что в подавляющем большинстве случаев виноватыми бывают сами супруги: неумение создать, сохранить гармонию в своих отношениях, незнание азбуки, основ половой жизни, недостаточно высокая культура общения в семье. Мы здесь не будем рассматривать такой важный для сохранения семьи вопрос, как вмешательство в нее свекрови, тещи и других лиц. Прочная семья – это, прежде всего, весь опыт, уклад прежней семьи, в которой жили супруги: что они видели, чувствовали, то и закладывалось в характер.

Но есть особенности в мужском и женском начале, которые выявляются только с началом половой жизни. Так, например, женщины по половому темпераменту (желанию) разделяются на: ***сильный тип*** — легко возбудимые, сладострастные, мультиоргастичные, когда эта сторона супружеских отношений стоит на первом плане, что определяет ее самочувствие, настроение, работоспособность.

Средний тип — обычные женщины, у которых сексуальные проблемы занимают существенную, но не решающую линию жизни. Они охотно идут на интимную

близость, часто, особенно до 30 лет, сами являются их инициаторами. Но если этот тип женщин перестает получать оргазм во время полового акта, то у них может меняться характер, появляется вспыльчивость, раздражительность, ворчливость, а затем появляются гинекологические заболевания. В конце концов у этой категории женщин развивается вторичная половая холодность и она может даже отказаться от половой жизни.

У женщин с низким половым темпераментом интимная сторона супружеских отношений стоит где-то на втором, третьем плане и не имеет существенного значения в ее жизни и здоровье. Такие женщины никогда сами не являются инициаторами близости, половое воздержание они переносят длительное время совершенно спокойно. На вопрос, как протекает их жизнь, отвечают: «Попросит муж – уступлю, не попросит — еще лучше».

Наконец, существуют женщины с первичной врожденной половой холодностью (фригидность). Их так жестоко обидела Природа, что они ни разу в жизни не испытывают ощущения сладострастия, они не знают, что это такое, хотя легко беременеют и рожают.

Существует еще один тип женщин, которых называют «суперженщинами», «суперсексами», связанный с характером изменения хромосомного аппарата клеток. Суть в следующем. Половая клетка, как и все клетки организма, имеет 46 хромосом, и у женщин они одинаковы и обозначаются как X и X, а у мужчин X и Y — это в норме. В ряде случаев у женщин оказываются три хромосомы, и они не способны к деторождению, а внешне имеют высокую мускульную силу. Таких женщин не допускают даже к участию в Олимпиадах.

Что касается мужчин, то у специалистов существует такое понятие, как **«половая конституция»**, или, иначе говоря, способность, которая также разделяется на сильную, среднюю и слабую. *Сильный тип* — это когда его возможности неограниченны и он может иметь сношения

ежедневно и даже по нескольку раз. *Средний* – близость в молодом возрасте не менее 3–4 раз в неделю.

Что касается мужчин со слабой половой конституцией, то здесь все значительно сложнее. Это является одной из причин, когда специалисты на прием приглашают и жену. В кабинете происходит примерно такой диалог: «Анна Ивановна, есть мужчины сильные и слабые от природы, то есть от рождения. Вам в этом отношении не повезло. Ваш супруг слабой половой конституции, природа его обделила мужской силой. Ваши упреки, что у него есть кто-то на стороне и кому он все отдает, несправедливы. У него никого нет на стороне, есть желание и возможность быть с вами в интимной близости, но он не может делать это чаще, как вы бы хотели, он на большее не способен. Вместе с тем в половом отношении он здоров и ни в каком лечении не нуждается».

Наиболее благоприятным для зачатия детей является возраст от 20 до 40 лет, что имеет глубокую физиологическую основу. В настоящее время доказано, если вы хотите ребенка, то частые половые акты нежелательны из-за того, что сперматозоиды как оплодотворяющее начало должны иметь определенный уровень зрелости во избежание рождения больных детей. Поэтому промежуток между половыми актами должен быть в пределах 3–4 дней, за время которого сперма как бы созревает, или мужчина должен за это время не терять семя.

Гармония в супружеской жизни зависит не только и не столько от частоты половых отношений, сколько от длительности и соразмерности предшествующих половому акту и заключительных ласк. Половая функция отличается огромным своеобразием, заключающимся в том, что границы нормы здесь весьма условны, и уже одно это порождает заблуждения и неверные толкования, дает повод видеть беду там, где ее нет. Например, потенцию мужчины можно повысить как с помощью культуры поведения жены во время близости, так и укрепляя общий тонус

Рис. 7. Возраст
у муж

организма. Многие мужчины, живущие нормальной половой жизнью, но наслушавшись своих знакомых, похваляющихся своей необычайной потенцией, начинают считать себя людьми с пониженной потенцией, по поводу чего и обращаются к врачу, хотя они абсолютно здоровы. Следует обратить внимание еще на один из немаловажных факторов, играющих большую роль при супружеских взаимоотношениях. С физиологической точки зрения у мужчин до 35 -40 лет половая активность сохраняется на высоком уровне, а затем снижается, у женщин все наоборот, половая активность медленно, особенно после родов, нарастает и усиливается после 40–45 лет.

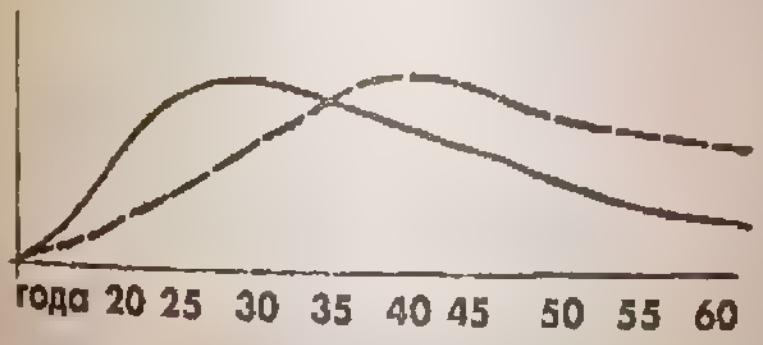


Рис. 7. Возрастной уровень половой активности: у мужчин (—); у женщин (— —)

Образуются как бы ножницы (см. диаграмму на рис. 7). Если посмотреть на схему (рис. 8), то видно, сколько вас ожидает комбинаций сексуальной активности мужчин и женщин. Конечно, если во время супружеской жизни вы будете придерживаться только собственного удовлетворения в близости, то хорошей семьи не будет. Как показывает практика, при наличии уважения, дружбы, что приходит на смену любви к партнеру, можно в большинстве случаев достичь нормальных взаимоотношений даже при резких различиях половой активности.

Еще одна особенность. Почему-то считается, что мужчина во всех случаях жизни, при любых обстоятельствах

должен быть дееспособен. Это не так. Следует знать, что половая активность у одного и того же человека колеблется и в разное время может быть меньшей или большей.

Мужчины (половая конституция)		Женщины (половой темперамент)
Сильная		Сильный
		Средний
Средняя		Слабый
		Холодный
Слабая		Суперженщина

Рис. 8. Возможные варианты супружеских пар

При интенсивной умственной деятельности, неприятностях на службе, дома, заболеваниях, усталости она, как правило, снижается. Это обычное физиологическое явление, которое не должно вызывать тревогу. Ведь мы не придаем особого значения снижению аппетита, головной боли и т. п. А вот снижение потенции (неудачи при интимной близости) сразу привлекает к себе пристальное внимание мужчины, вызывает тревожные размышления, вплоть до невроза, ожидания неудачи, особенно у людей мнительных. И совершенно напрасно. Именно из-за такого незнания многие считают, что мужчина должен быть всегда готов. Об этом особенно четко должны знать женщины, чтобы не предъявлять к своим мужьям необоснованных претензий. Что же касается желаемой частоты половых отношений женщин, то она еще более индивидуальна, чем у мужчин. У женщин половые потребности как бы менее зависят от биологических и больше от психологических факторов. Многие из них без труда могут воздерживаться, когда любимый от них вдали или если они не встречают мужчину, которого могли бы полюбить. Но лишь при встрече с таковым потребности этих женщин могут стать прямо-таки «безграничными». По данным социологических

опросов в половине браков мужчина испытывает жела-
ние чаще женщины, в 12 % — наоборот и только в одной
трети случаев желания супругов совпадают. В этом так-
же кроется возможность возникновения конфликтных
ситуаций. То, что для одного человека является вполне
естественным, для другого совершенно неприемлемо.

Как же выйти из этой ситуации, в которую попадает практически каждая семья, как преодолеть эту дисгармонию и продлить период полнокровной супружеской активности? Раз меняется уровень сексуальной заинтересованности партнеров, значит, супруги должны «поменяться» местами и в плане инициативы в супружеской игре. Отбросив ложный стыд, преодолев естественную женскую скромность, жена должна стать инициатором любовной прелюдии, сексуальных ласк, а муж лояльно принимать их и отвечать взаимностью. Жене не следует бояться показаться мужу развращенной, сексуально необузданной. Только полная сексуальная расторможенность, раскованность, желание доставить мужу максимально тонкое и нежное наслаждение будут вознаграждены ответной лаской. Кто сказал, что возраст увядания (после 50 -60 лет) должен быть лишен радости чувственной ласки? Она, естественно, посещает супругов в эти годы реже, но во всем остальном интимная близость должна оставаться такой же полной и яркой, как в молодости. Здесь следует сказать, что, к великому сожалению, среди мужчин широко распространена так называемая «доктрина Эффереца», согласно которой ему на всю жизнь отпущено 5 400 эякуляций (причем сюда входит и онанизм, поллюции). Получается, что если мужчина израсходовал большую часть этого запаса в молодости, ему ничего не остается на старость, если воздержался, то сберег себя. Это совершенно неправильно. Никакой жесткой программы количества семяизвержений на всю жизнь у мужчин нет. Количество эякуляций в течение жизни — величина переменная и зависит от множества факторов: врожденных

особенностей половой системы (рис. 8), образа жизни, с
циальных условий и т. п. Поэтому в определении ритма, ч
стоты половых актов мужчина должен опираться не н
мифические 5 400 эякуляций, а на голос природы, жела
ние зов и свои возможности. Мужчина должен жи
половой жизнью не реже и не чаще, чем определяют о
врожденные особенности, отклонения в ту или иную с
рону нежелательны, особенно перенапряжение, для ка
дого интимного сближения он должен быть готов, «о
реть», о чем должны знать женщины.

Существует еще одно серьезное заблуждение, котор
причиняет очень много страданий мужчинам и являетс
предметом злых, язвительных шуток со стороны неуд
ных женщин — это размер полового члена в состоян
покоя. Многие считают, что с маленьким пенисом нель
удовлетворить женщину, из-за чего многие юноши и
мужчины просто боятся встречаться с женщинами и
жениться. Проведенные исследования показали, что ес
у мужчин пенис в покое не менее 3 сантиметров, то о
бояться нечего и он полностью удовлетворяет женщи
В состоянии эрекции (возбуждения) маленький пенис у
личивается в 2–2,5, а большой в 1,5–2 раза. Величина в
галища составляет, как правило, 8–12 см и выполняет
функции: является органом для совокупления и родо
ми путями. Если бы влагалище на всем протяжении бы
чувствительным к соприкосновению, то родоразреше
было бы невозможным, так как по закону рефлекса
должно было бы сокращаться по всей его длине. Поэт
Природа сделала так, что влагалище чувствительно лиш
наружной его трети, а в глубине нет.

И еще. Давно известно, что во влагалище есть особ
чувственная точка, называемая «зоной Джи», при раз
жении которой женщина получает максимум сладост
стных ощущений. Эта точка находится на передней
верхности влагалища на расстоянии 4–5 см от входа
него. Большой пенис как правило эту точку «проскакив

а головка маленького как раз упирается в нее, доставляя женщине именно то, что она ожидает от близости. Так что все страхи и опасения мужчин с маленьким пенисом совершенно напрасны. Что действительно играет некоторую роль, так это толщина пениса, тут действительно чем толще, тем лучше, но это также относительно. По данным американских ученых, только 2 % опрошенных женщин предпочитают большой пенис, большинство же считает, что он может доставлять массу неприятностей, вплоть до разрыва влагалища.

Интимная близость мужчины и женщины слагается из нескольких звеньев: предварительные ласки, сам процесс близости и заключительные ласки. Предварительные ласки — прелюдия физической близости, которые должны быть взаимными.

Одной из ошибок, часто совершаемых женщинами, является представление, что мужчина может получать удовлетворение без ее активного участия. Постоянная пассивность жены постепенно приводит к утомлению мужа, его охлаждению, а впоследствии и к отчуждению.

Еще раз обращаем внимание, что половое сближение начинается с психологического комфорта и первичной настройки на половой акт. Особенно это важно для женщины, так как стимулом ее половой активности являются прежде всего психические факторы, а не физиологические. Уходя на работу, дайте знать жене, не обязательно словами, а ласковым прикосновением, поцелуем, тембром голоса, что вы ее любите и ждете снова встречи с нею. Насколько это важно для жены, вы оцените вечером.

Дело в том, что утренняя ласка создает у женщин так называемый «синдром ожидания». В течение дня она мысленно возвращается к вам, создается психологический настрой, а вечером вам не потребуется значительных усилий для удовлетворения жены, и техника секса здесь будет играть второстепенную роль. В конечном итоге выигрываете вы, чувствуя себя сильным, полноценным

мужчиной. Помните, неудовлетворенными в половом отношении остаются женщины, обделенные теплом, лаской, вниманием мужчины. Как и наоборот.

Сам половой акт протекает в три стадии: стадия возбуждения, любовных игр и психологической настройки, 2-я стадия полового возбуждения, оргазм и стадия разрядки и спада полового возбуждения. Длительность каждой из этих стадий у мужчин и женщин различна, и более того, по времени они также часто не совпадают. Мужчина возбуждается значительно быстрее, чем женщина, и если интимное сближение начинается сразу с полового акта, то мужчина уже угаснет, а женщина только начинает возбуждаться и не может понять, то ли что-то было, то ли нет.

Одна из причин дисгармонии, конфликта: у мужчины оргазм прошел, а у женщины не наступил.

Характер оргазма у мужчины и женщины при предварительном возбуждении.

Рис. 9. Характер наступления оргазма у мужчин (—), у женщин (— —)

Фактически основной задачей мужчины является довести женщину до соответствующего возбуждения и только тогда вступать в половой акт, и желательно одновременно достичь оргазма. Здесь, как нигде, необходимо соблюдать принцип «не спешить». Любовные ласки разделяются на ласки первого (голова, уши, губы, язык), второго (вошен до пупка) и третьего порядка (все что ниже пупка)

При интимном сближении нужно соблюдать несколько очень важных правил: не перескакивать этажи эрогенных зон и, как сказано выше, не торопиться. Если через несколько минут оба супруга будут сильно возбуждены и готовы к началу коитуса, то предварительная ласка и воздействие на эрогенные зоны принесут им только дополнительное удовольствие. Есть много женщин, которым любовная игра доставляет такое удовольствие, которое не дает даже оргазм. Следующее, ласкать мужчина должен не только то, что нравится ему, а и то, что нравится женщине, находя и воздействуя на ее эрогенные зоны (чувствительные начала). Необходимо помнить, что во время ласк мужчина должен наблюдать за женщиной и на тонком духовном уровне иметь с ней обратную связь. Ни в коем случае нельзя доставлять женщине боль, ласки должны быть осторожными и нежными. В ряде случаев, особенно во время экстаза, женщины могут кусаться, царапаться, кричать, что, конечно, на пределе физиологических норм, но с этим надо мириться.

Особенно чувствителен процесс сближения для женщины в первую брачную ночь, когда происходит нарушение девственной плевы: грубость, неуважение к партнерше оставляют у нее глубокий неприятный след на всю жизнь. Еще одно обстоятельство, которое называют печальным признаком первой брачной ночи. Если в брак вступает девушка, то мужчина ждет, что дефлорация (разрыв девственной плевы) будет сопровождаться кровотечением. А кровотечения нет... Вместо счастья быть вместе начинаются выяснения отношений. Не спешите обвинять любимую. Нередки случаи, особенно при акселерации, что девственная плева достаточно эластична, растягивается и не разрывается. Молодежь должна это знать.

Очень многие женщины желают, чтобы любимый ласкал эрогенные зоны губами, языком, но скрывают это, опасаясь, что это будет оценено супругом как извращение или вызовет насмешку. В таких случаях семейная жизнь

также ставится под удар. Не получив в браке ожидаемо-
го, супруга может искать его на стороне. Искусство мужчи-
ны заключается именно в том, чтобы интуитивно, бе-
слов, понять желание женщины. Один из основополож-
ников сексологии Хывлок Элдис в книге «Исследование
психологии секса» писал: «...мы имеем в губах очень
чувствительный пограничный район между кожей и сли-
зистой оболочкой, во многих отношениях аналогичны
наружно-влагалищному отверстию, к тому же укрепле-
ный активными движениями еще более чувствительного
языка. Иначе говоря, в губах и языке мы имеем эротические
органы с характеристиками наружных половых органов
мужчины и женщины». Недаром лесбиянки пользуются
языком как пенисом. Самой мощной эрогенной зоной
является все, что находится ниже пупка (живот, внутрен-
няя поверхность бедер, клитор, вход во влагалище). Для
многих очень чувствительной зоной является мочка уха,
лаская которую языком, мужчина может достигнуть
очень многого. Следует подчеркнуть важность ласки
клитора не только во время прелюдии, но и самого кои-
туса.

Особенно утонченной лаской являются: фелляция —
ласка женщиной пениса губами, языком, слизистой обо-
лочкой рта и куннилингус — ласка мужчиной языком и
губами наружных половых органов женщины. С точки
зрения обывателей эти формы ласк развратны и непри-
личны и, по мнению многих, относятся к извращениям.
Однако, как свидетельствуют фрески на стенах древних
храмов и произведения искусств, эти формы ласк приме-
нялись людьми во всех цивилизованных странах во все
времена. Они являются извращениями только в том слу-
чае, если заменяют собой естественный половой акт.

По данным сексологических исследований, фелляцию
используют почти 60 % супружеских пар, а куннилингус
около 40 %. Психогигиена половой жизни утверждает,
что какая бы ласка не применялась между мужчиной и

женщиной, она не может быть квалифицирована как извращение. Все является дозволенным при условии, что все это не приносит ни морального, ни физического страдания партнеру, а взаиможеланно, приемлемо, доставляет удовольствие и удовлетворение.

Во время ласк не забывайте, что женщина любит ушами и прикосновением. Чем больше ласковых, нежных слов вы скажете, тем больше удовлетворения получите от задуманного. Женщина должна «купаться» в волнах мужской любви, восторга, ощущать себя объектом страсти, восхищения, вожделения, нежности, потребности слиться с нею душой и телом, когда он умело и настойчиво, используя предварительные ласки еще до физической близости, доводит уровень возбуждения до апогея, а сам ход полового экстаза подчиняет ее потребностям и ритмам.

В ряде случаев только с помощью ласки можно вызвать у женщины оргазм, так называемый ретинн. Кроме того, не подготовленная ласками женщина испытывает болезненность при введении пениса в сухое влагалище, которое, увлажняясь секретом, выделяемым при проведении ласк, способствует нормальному протеканию полового акта. Мужчины, помните, чем больше вы будете думать о женщине, доставлять ей удовольствие, тем больше получите его сами.

Несмотря на то, что описано более 100 поз мужчины и женщины во время полового акта, все они направлены на то, чтобы уравнять шанс получить удовлетворение от интимной близости обоими партнерами. В принципе все позиции - модификация шести основных классических поз: мужчина сверху (европейская, христианская); женщина сверху, мужчина на спине; мужчина и женщина на боку; женщина в коленно-локтевом положении, мужчина сзади лицом к затылку женщины; в положении сидя и стоя. У большинства женщин, начинающих половую жизнь, а иногда и у давно живущих, диапазон приемлемости поз очень узок. Многие признают только одну

позу — мужчина сверху, остальные расцениваются как развратные и половые извращения. Это абсолютно неправильно. Мужчина любит глазами, он стремится видеть любимую обнаженной, что вызывает у него сильное половое возбуждение. Это одна из причин, почему мужчины предлагают женщине различные позы и способы коитуса. Любящая и умная женщина, идя навстречу его пожеланиям, выполняет просьбу с достаточной раскованностью, ибо доставляя радость и приятное мужчине, изменяя позу, женщина сильнее возбуждает мужчину, больше воспаляет его воображение и в конечном счете от этого выигрывает сама. Половой акт врожденный и очень мощный инстинкт, и если он не будет удовлетворяться достаточно полноценно с женой, то это обязательно произойдет на стороне. Изменение позы выгодно и самой женщине в том плане, что позволяет ей получить сильное сексуальное удовлетворение с оргазмом. Помимо громадной психической, физиологической нагрузки коитус еще достаточно большая физическая нагрузка, что вызывает усталость, а изменение позы ее снимает, и партнеры получают от этого еще большее удовлетворение. Каждая женщина и мужчина должны найти для себя и своего партнера наиболее оптимальную позу как в анатомическом, так и в плане получения психологической и физиологической разрядки.

Необходимо еще раз напомнить, что во время физической близости активность должны проявлять как мужчина, так и женщина. Например, многие мужчины жалуются, что жена лежит, извините, как «бревно» и он не только не получает от этого удовлетворения, но и очень быстро устает. Конечно, рано или поздно такой мужчина найдет то, что ему нужно, на стороне, хотя безграмотность в сексуальном плане очевидна, ибо, как правило, в этих случаях нет предварительных ласк и всего того, без чего наступает дисгармония при половых сношениях. Много неприятностей, например, доставляют мужчи-

женщины с
у рожавших
и не очень т
щине максим
межности, к
максимально
галище.

Такая трен
достигается сл
или сидит и дв
во влагалище и
и промежност
стояния, когда
будет вынуть и
или стоя, втяну
жать 5 секунд и
Можно во время
сократили, оста
то же самое дела
рекомендациям
смоченными теп
20–30 секунд в об

Самым важны
вопрос быстрой эя
оргазма женой. Н
ности полового а
ния, но в среднем
ставляет 2–3 мин
фрикциях. Причин
чин весьма много
ются:

1. Редкая частот
мерному сексуальн
ной возбудимости.

2. Тревога и стр
ния женщины.

женщины с широким влагалищем, что бывает особенно у рожавших, да еще если пенис у мужчины маленький и не очень толстый. В таких случаях рекомендуется женщине максимально расслабить мышцы влагалища и промежности, когда пенис входит в него, а когда выходит максимально сократить, как бы удерживая член во влагалище.

Такая тренировка мышц влагалища и промежности достигается следующим образом: женщина лежит на спине или сидит и два пальца (указательный и средний) вводит во влагалище и затем сильно напрягает мышцы влагалища и промежности. Тренировать себя нужно до такого состояния, когда при сокращении мышц влагалища трудно будет вынуть из него пальцы. Хорош и такой прием: сидя или стоя, втянуть мышцы промежности внутрь, подержать 5 секунд и отпустить, и так чем больше, тем лучше. Можно во время сокращения делать как бы 2–3 площадки: сократили, остановились, еще раз сократили, площадка, то же самое делать и при расслаблении. Добавьте к этим рекомендациям контрастные процедуры с полотенцами, смоченными теплой и холодной водой, чередуемые через 20–30 секунд в области промежности.

Самым важным и сложным для мужчины является вопрос быстрой эякуляции во время сношения до получения оргазма женой. По поводу нормальной продолжительности полового акта существуют различные представления, но в среднем без учета предварительных ласк он составляет 2–3 минуты при непрекращающихся 60–100 фрикциях. Причины преждевременной эякуляции у мужчин весьма многочисленны, но наиболее частыми являются:

1. Редкая частота половых актов, приводящих к чрезмерному сексуальному «заряду», ведущему к повышенной возбудимости.

2. Тревога и страх из-за возможного неудовлетворения женщины.

3. Неблагоприятные условия проведения полового акта либо сношение с фригидной женой, которая желает быстрее прекратить физическую близость.

4. Врожденная сексуальная возбудимость и низкий порог эякуляционного рефлекса.

5. Органические факторы — повышенная чувствительность головки пениса при короткой уздечке или заболеваниях предстательной железы. На быстроту семяизвержения в основном оказывают влияние три момента, психологический, зрительные впечатления и тактильные ощущения. В первую очередь надо перераспределить внимание мужчины не на свои внутренние переживания ощущения, а на поведение женщины, т. е. расслабить свою сексуальную доминанту возбуждения. Если это не помогает и мужчина чувствует приближение оргазма нужно прекратить фрикции и продолжать ласкать жену. Умная женщина тоже останавливается, а сексуально психологически неграмотная женщина спросит: «Ты что остановился, что случилось?». Это большая и грубая ошибка со стороны женщины.

Следует сказать о причинах, ведущих к дисгармонии в сексуальных отношениях: это выяснение отношений в постели; использование интимной близости как средство примирения, «воспитание» супруга, отказывая ему в интимной близости; резкое усиление (частоты) интимных отношений из-за боязни потерять супруга, что вызывает вначале перенапряжение, а затем физиологический срыв.

Как правило в домашних условиях личность наименее защищена, что является причиной большинства заболеваний как соматического, так и психогенного характера: перегрузка женщин, недогрузка, деспотизм мужчин, давление по принципу «я так хочу», разные взгляды на воспитание детей, монотонность жизни и т. п. Все это вместе взятое сказывается и на интимных взаимоотношениях, приводит к неврозам.

Конфликт — это нежелание или невозможность выполнить просьбу, требование. Сдержанность, вежливость выбивают почву из-под любого конфликта, что опять же зависит только от вас самих.

У нас в практике был случай, когда жена во время физической близости спросила мужа: «Коля, а ты заплатил за квартиру?», чем вызвала тяжелейший приступ бронхиальной астмы, а в последующем невозможность половых сношений с нею. Только после длительной работы с супругами удалось выяснить причину заболевания и пришлось приложить много усилий, чтобы восстановить у них нормальные взаимоотношения, после чего исчезли и приступы бронхиальной астмы.

Помните, во время физической близости все, что не связано с ней, должно отойти на третий план.

Существуют и специальные методы контроля за эякуляцией, которыми при желании может овладеть каждый мужчина.

1. Способ торможения Ву Сыня, сочетая его с глубоким диафрагмальным дыханием можно удовлетворить женщину даже трудно возбудимую.

Способ заключается в следующем. Когда мужчина чувствует, что становится слишком возбудимым, он вынимает пенис из влагалища на 10–30 секунд, тем самым избегая эякуляции, хотя теряет от 10 до 30 % эрекции. Затем он снова возобновляет фрикции. По мере обретения опыта, необходимости в извлечении пениса уже не будет, только нужно останавливать фрикции.

Секрет успешного применения данного метода кроется в точном и своевременном распознавании того момента, когда мужчина уже не может контролировать эякуляцию. Следует только помнить, что возбуждение женщины быстро спадает и на время прекращения фрикций мужчине надо продолжать ласкать женщину, особенно клитор или другие наиболее чувствительные ее зоны.

2. **«Метод выдавливания» по Мастерсу и Джонсону**

применяется в положении партнеров «мужчина на спине, женщина сверху». Мужчина дает понять женщине, когда он становится сильно возбудимым, женщина должна быстро освободить пенис и пальцами нажать на его головку в течение 3–4 секунд. Позыв к эякуляции пропадает. Через 10–20 секунд ввести снова пенис во влагалище и продолжать фрикции. Мужчина должен продолжать ласкать женщину все время. В данном случае большую активность должна проявлять женщина.

3. «Древнекитайская техника выдавливания», Дао любви. Ее преимуществом является возможность использования почти во всех позах, а также то, что при этом способе мужчина не должен выводить пенис из влагалища. Как только мужчина почувствовал, что наступает момент эякуляции, он должен приостановить фрикции, указательным и средним пальцами нажимать на точку, расположенную между мошонкой и задним проходом, делая при этом вращательные движения в течение 3–5 секунд и одновременно глубокий вдох. Возбуждение спадает, через 15–20 секунд фрикции возобновляются.

4. Контроль эякуляции по Кинсею-Семакину. Он заключается в том, что при предчувствии приближения эякуляции мужчина должен очень сильно сжать ягодицы и максимально почти до дрожи сократить половые мышцы, прекратив фрикции. Конечно, женщина должна быть ознакомлена с указанными приемами и активно помогать мужчине, в чем и состоит искусство любви да и любых взаимоотношений: думать не только о себе, но и о другом тоже.

Легко возбудимым мужчинам можно рекомендовать такой способ: лежа на боку, спине, быть пассивным, а женщине, наоборот, проявлять активность с помощью мужчины, помогающего делать движения женщине руками (руками).

По мере наступления эякуляции мужчина дает понять женщине, что надо прекратить активные движения

использовать третий способ, успокоиться и снова возобновить фрикции.

Философия древнекитайского учения любви, даоизма, складывается из трех основных компонентов:

1) мужчина должен научиться регулировать эякуляцию в соответствии со своим возрастом и физическим состоянием, что позволит ему заниматься любовью, когда он хочет и сколько хочет;

2) при физической близости главное — удовлетворение женщины.

В философии Дао совершенно по иному рассматриваются вопросы эякуляции при каждом половом сношении. Они считают, что мужчина должен получать оргазм без семяизвержения. После эякуляции мужчина чувствует усталость из-за резкого увеличения артериального давления, большого эмоционального и физического напряжения, ему хочется спать, что он практически всегда и делает, не обращая внимания на жену. Кстати, за время любовной игры мужчина теряет около 500 ккал, женщина, вероятно, не меньше. Если мужчина сокращает и регулирует свои эякуляции до абсолютного минимума, тело его усиливается, ум пребывает в ясности, слух и зрение улучшаются. Если мужчина любит дважды без потери семени, его зрение и слух становятся более острыми, трижды — исчезают болезни, 4 раза — в душе восстанавливается мир, 5 — обновляется сердце и кровообращение, 6 — сильнее становится поясница, 7 — сильнее укрепляется тело, 8 — кожа приобретает молодость, 9 — человек достигает долголетия, а после 10 — становится всесильным. Даоисты считают, что семя мужчины является одной из жизненных сущностей и не должно расточаться неконтролируемым способом.

По их мнению, оптимальный критерий частоты эякуляции следующий: мужчина до 20 лет должен иметь одну эякуляцию в каждые 4 дня, в 30 лет — в 8 дней, в 40 — через 10 дней, в 50 — через 20, а после 60 — не должен

терять семя вообще и только в порядке личного желания он может себе позволить это делать весной или летом. Если мужчина освоит такую технику регуляции эякуляции, то он не будет беспокоиться, что она может наступить помимо его желания, женщина не будет опасаться беременности и они могут заниматься любовью так долго и часто, как захотят.

Только обращаем внимание, что Дао любви не рекомендует мужчинам, кроме больных и очень старых, полного отказа от семяизвержения, особенно в молодом возрасте, а только учит регулировать его частоту в соответствии с возрастом. Мужчина должен уметь задерживать эякуляцию до удовлетворения партнера, т. е. получения оргазма женщиной.

«Советские» ученые уже высказывали мысль, что задержка эякуляции (семяизвержения) во время полового акта мужчиной чревата последствиями: застойными явлениями в предстательной железе, которые в дальнейшем могут развиться в простатит, аденому. Бояться этого не надо. Дело в том, что предстательная железа свой лишний секрет, как при поллюции, сбросит, но сперма, этот энергетический сгусток, останется и после успокоения придаст мужчине ощущение силы, бодрости. Это ощущение будет также дополнено всасыванием через слизистую полового члена секрета половых желез, выделяемого женщиной во время оргазма. Только не надо торопиться мужчине извлекать член — это нужно делать только после полного успокоения женщины.

ЧТО ТАКОЕ ОРГАЗМ?

Оргазм у мужчин связан и обусловлен выбросом семени. Именно высокое давление в устье семявыбрасывающих протоков и семенного бугорка, растягивающее, раздражающее нервные окончания, порождает этот поток нервных импульсов, которые, достигнув подкорки

коры головного мозга, порождают острое и специфическое чувство наслаждения. У женщин же оргазм не связан с выбросом семени. Он наступает в результате суммации импульсов в нервном центре, поступающих от предварительно подготовленных половых органов. В момент оргазма происходит быстрое, ритмичное сокращение мышц влагалища, тазового дна, а у некоторых женщин и мускулатуры матки.

Наступление оргазма у женщин легче тормозится внешними факторами: скрип кровати, внезапный телефонный звонок, неуверенность в муже и т. д. Очень часто даже временный перерыв фрикций или изменение позы может резко снизить половое возбуждение женщины. Следует также учесть, что женщины достигают разрядки (оргазма) не при каждой близости, и если это случается более чем в 60 % случаев, это считается нормальным явлением, а в остальных случаях должна наступить полная удовлетворенность без оргазма.

Исходя из описанных выше психофизиологических особенностей полового влечения и возбуждения мужчины и женщины вытекает кардинальное положение: для того, чтобы партнеры одновременно достигли оргазма, необходима предварительная стимуляция женщины, создание у нее психологической настроенности, готовности к половому акту, что можно определить по увеличению, напряжению сосков молочных желез и появлению слизистых выделений из влагалища. К сожалению, многие этого просто не знают, что является одной из основных причин дисгармонии половой жизни и возникновения сексуальных нарушений.

Возникает вопрос, насколько нужен оргазм женщине и нужен ли вообще?

Существует три аспекта женского оргазма: эмоционально-физиологический и психологический, заключительные ласки. Если женщина не получает оргазма, она чувствует себя ущербной, обделенной, неполноценной.

Что касается ***эмоционально-физиологического аспекта***, т
наличие оргазма указывает на удовлетворение полового
инстинкта, что в свою очередь положительно влияет на
здоровье женщины. У женщины, не получающей разрядк
в виде оргазма, начинает портиться характер, развиваются
застойно-дистрофические заболевания в органах малого
таза в виде: вагинитов, кольпитов, эндоцервицитов, эн
дометритов, сальпингитов, аднекситов и т. п. Часто та
кие женщины страдают психосоматогенными заболева
ниями, но при обследовании у них ничего не находят
Только нормализуя половую жизнь, можно добиться
полного выздоровления женщины.

Психологический аспект. Получаемое женщиной сек
суальное удовлетворение — оргазм, по-видимому больш
чем у мужчин, зависит от таких психологических обстоя
тельств, как чувство нежности и любви к партнеру, ощу
щение близости и нужности ему, удовлетворение от телес
ной открытости, радости сознавать, что является предме
том восхищения мужчины, сексуальной компетентности
Тем не менее одна треть, а по некоторым данным до 50
женщин оргазма, как сладострастного ощущения, не ис
пытывают, вместе с тем и не чувствуют себя обделенными
Это-то и дает ей психологическая сторона сексуальных
отношений, предварительные и заключительные ласки
результате в семье царит полная гармония и нет никаких
переживаний по поводу отсутствия оргазма. Естественно
что такая ситуация возможна при спокойном и участл
вом отношении мужа, когда партнеры делают все для
того, чтобы доставить приятное удовольствие друг друг

Третье слагаемое интимных отношений — ***заключи
тельные ласки***, что чрезвычайно важно для женщин
Вслед за семяизвержением у мужчины резко снижает
эрекция, возникает ощущение приятной усталости, жел
ние получить полный покой. Это естественная реакция
мужчин, но не у женщин. После контуса женщина дол
остается возбужденной, и от мужчины зависит оче

многое в их взаимоотношениях. Именно в это время женщина должна убедиться, что она для мужа так же желанна, как и несколько минут назад. Внимательный муж обнимет жену и будет держать в объятиях до тех пор, пока оба не заснут. Это самое правильное окончание полового акта.

Представьте себе такую ситуацию, которая часто случается в жизни, когда после интимной близости муж в лучшем случае говорит жене: «Спокойной ночи, дорогая», — и поворачивается к ней спиной. У женщины после этого остается горечь, моральная и психологическая неудовлетворенность и полностью исчезает ощущение близости, которое только что было. Достаточно в этом случае прибегнуть мужчине к стимуляции клитора, помогая достичь жене оргазма, и проблемы во взаимоотношениях не будет. В противном случае отрицательные эмоции, вспыльчивость, раздражительность женщины передаются мужу, а в результате возникает почва для конфликтной ситуации.

Одной из распространенных ошибок в супружеской жизни является представление мужчин, что «чем дольше, тем лучше». К каким только ухищрениям они не прибегают, чтобы затянуть половой акт. А ведь при правильно проведенных предварительных ласках продолжительность интимной близости составляет в среднем 2–5 минут, и этого времени вполне достаточно, чтобы партнеры получили удовлетворение. Если продолжительность интимной близости будет в два-три раза дольше, да еще в одной позе, то женщине это принесет только неприятные ощущения. К сожалению, часто слышишь и такое мнение, что «чем реже, тем лучше», основанное на том, что интимная близость истощает человека, подрывает его жизненные силы, снижает потенцию, и поэтому по возможности следует от нее воздерживаться. Подобные суждения также безосновательны. В половой жизни необходима регулярность, которая обуславливается силой

полового влечения, темпераментом, состоянием здоро-
вья, возрастом и другими внутренними и внешними факто-
рами.

Следует иметь в виду еще и следующее обстоятель-
ство. Каждая нормальная женщина испытывает потреб-
ность нравиться мужчинам. Если мужчина желает нра-
виться определенной женщине и имеет при этом ясную
цель, то женщина хочет нравиться вообще. Не уделяя
должного внимания своей внешности, женщина рискует
потерять многое. Обычно они жалуются: нет сил и времени,
очень устаю на работе, дома и т. п. Но природа мужчины
не изменилась: как наш дикий пещерный предок, так и
современный мужчина любит глазами.

Что можно рекомендовать в этих случаях? Прежде
всего, часть забот по дому переложить на плечи мужа.
Статистика показывает, что там, где жена выполняет всю
домашнюю работу, счастливых семей всего 21 %, а не-
удачных — 40,1 %. Там же, где оба супруга в равной сте-
пени заботятся о ведении домашнего хозяйства, — соот-
ветственно 61 % и 6 %. Видите, какая разница? В таких се-
мьях не стоит вопрос, кого следует беречь: мужчину или
женщину, они просто берегут друг друга.

Если людей действительно соединила любовь, а в
дальнейшем дружеская привязанность, то первый и са-
мый верный признак этого — инстинктивное стремление
любящего взять на себя ношу потяжелее, особенно муж-
чине, чтобы жене было легче. Это не жертва, не подвиг,
а естественное желание и мерило человеческой любви, ее
норма. Мудрая мать наказывает сыну: «Если хочешь,
чтобы у тебя была здоровая жена и рожала тебе здоро-
вых детей, никогда не позволяй ей уставать». Для интим-
ной жизни женщины велико значение взаимосвязи дня и
ночи: неприятности по работе, невнимание со стороны
мужа, его грубость, упреки, ссоры, заботы о детях — все
это вместе взятое естественно тормозит реактивность тех
нервных центров головного мозга, которые управляют

чувствительностью к половым раздражениям. Показательным в этом отношении является обвинение женщины, которую муж считал «холодной»: «Он никогда не подойдет ко мне днем, не обнимет, не приласкает, не подарит букетика цветов. Откуда же возьмется настроение? А если он это делает молча, да еще выпивши, я никогда не получаю радости от любви». Еще раз напоминаем мужчинам: женщины любят ушами и прикосновениями, только это поможет вам завоевать ее любовь.

Интимные отношения — это прежде всего проявление любви в самом первоначальном значении этого слова. Мужчины и женщины, сознательно или несознательно отказываясь от нежных ласк и поцелуев, потом удивляются, почему половой акт их не удовлетворяет.

В своем классическом труде «Идеальный брак» доктор Ван де Вельде пишет: «...мужчина, игнорирующий любовную (предварительную) игру, не просто груб, он — животное. Это его упущение не только оскорбляет женщину, но и причиняет ей вред в чисто физиологическом плане».

Допускать подобный промах — непростительная глупость. Неналаженная половая жизнь в браке и невозможность вызвать оргазм у жены может стать причиной нервных расстройств и у мужчин. Как правило, при этом бывает задето мужское самолюбие и возникает опасность, что жена может уйти к другому или попытается удовлетворить свое половое влечение с другим мужчиной тайно, совершив тем самым вынужденную измену. Все это приводит к тому, что у мужчины также возникают общие симптомы невроза: раздражительность, бессонница, головные боли, снижение работоспособности, а все это еще больше расстраивает половую функцию. Если культура общего воспитания у всех нас желает быть лучшей, то культура сексуальных взаимоотношений вообще отсутствует. Если вы начнете делать то, что узнали, очень многие проблемы между супругами исчезнут.

Многие интересуются, когда лучше иметь контакт с любимым. Как правило, это происходит в начале ночи. Однако, по данным американских ученых, совершать его лучше в предутренние часы, так, чтобы осталось около 30 минут до подъема. Эти рекомендации предпочтительнее, так как организм отдохнул, тревоги минувшего дня позади, а близость с любимой (любимым) заряжает новой энергией, что в свою очередь активизирует весь организм и трудовую деятельность. Это, вероятно, обусловлено еще и тем, что уровень основного мужского гормона тестостерона в крови снижается после 20 часов, а максимальный подъем наблюдается в 4–8 часов утра.

Рассматривая гармонию человеческих взаимоотношений, нельзя не затронуть и такой аспект, как употребление спиртных напитков и их влияние на сексуальную сферу жизни. Широко бытует мнение, что алкоголь является потенцирующим средством, усиливающим половую функцию. При приеме алкоголя действительно происходит растормаживание эмоциональной сферы и частичная блокада высших форм психического контроля, активизация сексуального влечения, снижается уровень морально-этических барьеров, облегчаются сексуальные контакты. При этом усиливается эрекция и продолжительность полового акта. Таким образом, создается впечатление о стимулирующем действии алкоголя, но впечатление это обманчиво.

Алкоголь как двуликий Янус, с одной стороны усиливает желание, с другой – затрудняет его действие. У многих мужчин уже в начальных стадиях систематического употребления алкоголя хотя бы в небольших дозах (кружка пива, стакан вина, 100 мл водки и т. п.), несмотря на некоторое усиление полового влечения, наблюдается ослабление эрекции, притупление сладострастных ощущений, затруднение в достижении эякуляции и оргазма, утрата способности к повторному акту. По данным различных авторов импотенция у мужчин и фригидность

женщин встречается у 50–80 % систематически употребляющих алкоголь. Половая близость — завершающий аккорд общения двух душ, гармония которых невозможна без предварительной духовной, психоэротической настройки.

Грубость, примитивизм и цинизм алкоголика в процессе интимной близости отрицательно влияют на эмоциональную сферу женщины, ущемляют ее достоинство, подавляют духовную сторону взаимоотношений. На фоне постоянного употребления алкоголя происходит деградация личности: из отвращения, презрения к мужу у жены формируется психогенное торможение сексуальности, что в свою очередь приводит к фригидности. А алкоголь является мощным разрушительным фактором для семьи. По данным различных авторов, пьянство мужа служит поводом для разводов до 40 % из общего числа. Еще более драматична ситуация, когда к алкоголю привыкает женщина, здесь деградация личности идет на более глубоком уровне, и даже лечению от алкоголизма они поддаются труднее. Трагедия заключается еще и в том, что пьянство заканчивается плачевно не только для здоровья пьющих, но и их детей, которые, как правило, рождаются у таких родителей умственно отсталыми, больными психически, уродами.

Что происходит при физической близости между мужчиной и женщиной? В норме это высшее слияние двух душ в одно целое, при котором наступает блаженство. Порочность взаимоотношений при контрасексе заключается в следующем. Во время секса кора головного мозга как бы выключается, мужчина входит в режим «животного» инстинкта, стремящегося удовлетворить свою страсть, думая только о себе. Хорошо, если женщина пошла на половой контакт добровольно, а если нет, то ее обуревает страх, в том числе забеременеть, и она постоянно думает, как бы все скорее кончилось. В результате — усталость, раздражительность. У мужчины, правда, происходит

эмоциональная разрядка, но тоже не дающая полного удовлетворения. Теперь посмотрите, что происходит между мужчиной и женщиной, любящими друг друга.

Закон Гармонии — это когда два энергетических начала (+ и) сливаются в одно, входят в равновесное состояние. Так и при физической близости, когда подкорковые образования всей своей мощью энергетического поля выводят на тесную связь с Единым информационным полем Вселенной и в порыве экстаза человек как бы сливается, растворяется в Природе. В этом ощущении и заключается истинный смысл жизни людей, как части Вселенной, и кто этого не познал, тот не только несчастный, но и больной человек. Этому, как и всему другому, не только можно, но и нужно учиться.

В ряде случаев из-за боязни забеременеть женщина просит мужчину эякуляцию (семяизвержение) осуществить вне влагалища, чего делать ни в коем случае нельзя. Это зачастую приводит к возникновению ряда соматических и нервных расстройств (невроз, нарушение работоспособности и т. п.). Используйте для этих целей различные контрацептивы, презерватив, метод даосистов.

Во всем мире распространена операция вазорезекции (перевязка семявыводящих протоков). Половой акт у мужчины совершается нормально, но в эякуляте нет спермы, секрет же предстательной железы все равно выливается. Достоинство этой операции заключается в том, что по желанию мужчины можно все снова восстановить.

Для многих супружеских пар хорошим средством предохранения от нежелательной беременности является знание физиологии овуляции, т. е. созревания и выброса яйцеклетки. В среднем этот процесс совершается один раз в 28 дней (26–30 дней). Каждая женщина и мужчина, конечно, должны знать его длительность, исчисляющуюся от 1-го дня появления кровянистых выделений и последнего дня, предшествующего первому дню следующего

цикла. К сожалению, ...ный цикл стр... п.), поэтому ...дарь. Для это... вет до трех ... ность, а яйце...

Построим...

Бесплодие

Рис. 10. Гра...

Выброс яйце... струального ци... дней, а разброс ... день. Откладыв... (жизнь яйцеклет... ляет в общей сло... не постоянны?

Существует д... пользоваться.

1. Самый коро... дней, период бес... минус 19 получае... получаем 10, т. е. ... довуляционного, ...онного цикла. Пр... ного метода он н... фекта.

2. Существует е... температуры во вл...

цикла. К сожалению, не у каждой женщины менструальный цикл строго постоянен (болезнь, роды, волнение и т. п.), поэтому она обязательно должна вести его календарь. Для этого необходимо знать, что сперматозоид живет до трех дней, сохраняя оплодотворяющую способность, а яйцеклетка — до одних суток.

Построим график.

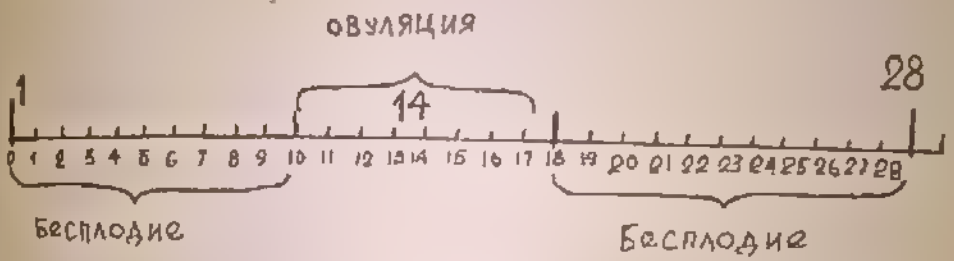


Рис. 10. График менструального цикла

Выброс яйцеклетки происходит точно в середине менструального цикла — это будут 14-е сутки при цикле в 28 дней, а разброс овуляции составляет 5 дней, с 12-го по 16-й день. Откладываем 3 дня (жизнь сперматозоида) и 1 день (жизнь яйцеклетки) в одну и другую сторону, что составляет в общей сложности 9 дней. А как быть, если эти циклы не постоянны?

Существует два правила (Хольта), которыми и можно пользоваться.

1. Самый короткий менструальный цикл у женщин 26 дней, период бесплодия при этом составляет 19 дней. 26 минус 19 получаем 7. При 30-дневном цикле 30 минус 20 получаем 10, т. е. 10-й день является последним днем предовуляционного, а 20-й день первым днем постовуляционного цикла. При всей схематичности такого календарного метода он позволяет достичь 90-процентного эффекта.

2. Существует еще один метод, связанный с измерением температуры во влагалище, прямой кишке или под языком.

Измерение делается или после пробуждения, или после 2-3-часового отдыха в одно и то же время в течение 5 минут. В период созревания яйцеклетки температура повышается не менее чем на 2° С в течение не менее 48 часов. Здесь работает правило *х* — 6, т. е., отложив 6 дней от предшествующего 1-го дня температурного цикла и 3 дня после, получим дни бесплодия.

Началом овуляции могут также служить следующие признаки:

1) за 2–3 дня до овуляции появляются прозрачные (как сырой яичный белок) выделения, продуцируемые железами шейки матки. Возьмите тонкую туалетную бумагу, сделайте туалет влагалища. Затем туда вложите той же бумаги, сложенной в два слоя. Через некоторое время выньте ее, при их разлипании между ними потянутся нити слизистого секрета;

2) до менструации появляется овуляционная боль, ощущаемая как недомогание, напряжение в подвздошной области и даже колики, что связано с истечением крови при разрыве пузырька яйцеклетки;

3) в это время у женщин возможны кожные высыпания, диспептические расстройства (тошнота, понос, частое мочеиспускание, напряжение груди за 2-3 дня, чувство тяжести, повышенная утомляемость, раздражительность).

Как стало ясно из сказанного, женщина должна знать свои особенности, связанные с менструальным циклом, что позволит ей избежать лишний раз неприятностей, связанных с прерыванием беременности.

Возможно ли соношение во время менструаций? В принципе да, но учитывая состояние женщины в этот период, не говоря уже о гигиенической стороне процесса от интимной близости в этот период лучше воздержаться.

Можно ли продлить половое долголетие? Конечно, да. Как вы узнали из предыдущих глав, этому способствует рациональное, раздельное питание с преимущественным употреблением растительной пищи, ведение активного

образа жизни, естественно, исключая употребление алкогольных напитков и курение. Следует помнить, что потенцию повышают только умеренные физические нагрузки (прогулки, бег трусцой), а чрезмерные – действуют наоборот.

Известно изречение: «Солнце, воздух и вода — наши верные друзья». Что касается воды и воздуха, то это так. Что же касается солнца, то следует помнить, что загар снижает потенцию, особенно когда загорают в пред- и послеполуденные часы. К тому же оказывается, что мы неправильно загораем. В первую очередь должны загорать те участки тела, которые прикрыты у мужчин плавками, а у женщин — купальниками.

Для усиления эрекции у мужчин и увеличения частоты и силы органистических ощущений у женщин очень хорошо зарекомендовал себя следующий комплекс физических упражнений: сесть на стул, опереться на его спинку, подошвы стоят параллельно на ширине ладони. Напрячь мышцы промежности и заднего прохода, как бы втягивая их в себя на 5–8 секунд, затем расслабиться. Повторить 10–15 раз. Эти упражнения делать можно в положении лежа, стоя, и за день их должно быть сделано не менее 100–150 раз. При ускоренном семяизвержении надо сделать так, чтобы головка пениса была все время открыта: при соприкосновении с кожей бедра, тканью трусов, брюк она становится менее чувствительной. Аналогичным образом этого эффекта можно достичь пощипыванием уздечки члена.

У народов Востока существует ритуал посвящения ребенка в мужчину: обрезание плоти. С одной стороны этим преследуется как раз указанная цель и профилактика фимоза (ущемление головки). Вместе с тем, по данным исследований, крайняя плоть дана природой не зря: во время контуса из-за наличия складки она способствует дополнительной стимуляции возбуждения женщины, что они подтверждают, имея возможность сравнить

впечатление от близости с мужчинами, у которых обрезана крайняя плоть и наоборот.

Для усиления потенции и профилактики преждевременного семяизвержения хороши контрастные души на область промежности и массирование семенников до появления легких, неприятных, но не болевых ощущений.

Нельзя не коснуться такого немаловажного вопроса, как роль предстательной железы, «второго сердца» в жизни и здоровье мужчин. Температурный комфорт в паховой области в детстве после 5–7 лет, стесненная одежда, фимоз (когда крайняя плоть закрывает головку пениса), курение, алкоголь и т. п. — все это причины мужского бесплодия. Нередко можно слышать, что причина бесплодия кроется только в женщине, это не так, к сожалению, мужчины в немалой степени также в этом виновны. Кроме того, резко ухудшающаяся экологическая обстановка гораздо хуже влияет на сперматозоиды, чем на яйцеклетки, что дополнительно приводит к пониженной активности сперматозоидов. С возрастом, после 40 лет увеличивается число поврежденных или малоценных сперматозоидов, в результате чего могут рождаться, за редким исключением, слабые, хилые, с пониженной сопротивляемостью дети и с врожденными дефектами типа болезни Дауна.

Что собой представляет предстательная железа? Это не гормональный орган, основной функцией которого является выработка секрета, стимулирующего работу яичек, в котором после эякуляции живут сперматозоиды. Оказывается, в малых дозах секрет предстательной железы возбуждает, а в больших — угнетает секрецию яичек. И.М. Порудоминский объясняет это тем, что при частых половых актах вместе с эякулятом выбрасывается много секрета простаты и лишь небольшое его количество всасывается в кровь. Воздержание, снижение половой активности приводят к усиленному поступлению секрета предстательной железы в кровь, что в свою очередь тормозит деятельность яичек.

Предстательная железа расположена под мочевым пузырем между лонными сочленениями и прямой кишкой. Через середину ее переднего отдела проходит мочеиспускательный канал, куда входят ее протоки. Величина се как каштан, в виде двух гроздьев винограда. Предстательную железу, как нежный орган, могут «обидеть» кто только может, будь то воспалительный процесс в прямой кишке, мочевом пузыре, запоры, наличие каловых камней в восходящем отделе толстого кишечника, постоянное переполнение мочевого пузыря из-за чувства ложного стыда для своевременного его опорожнения и т. п. Изменение в предстательной железе это тесно связанный нервно-гормональный процесс, в который вовлекается сложная цепь спинно-мозговых центров, связанных с эрекцией и эякуляцией.

Функциональные расстройства или же воспаление предстательной железы, простатит — это затруднение в мочеиспускании, дефекации, стреляющие, кратковременные или постоянные боли в области промежности, беспричинная раздражительность, неуверенность в возможности контакта, близости с женщиной и т. д.

Это уже аденома. Небрежное, легкомысленное отношение к такому, кажется, маленькому, но важному органу — второму сердцу мужчины - дорого обходится: ее практически невозможно вылечить средствами, рекомендуемыми официальной медициной (аденома лечится только оперативным путем), а это потеря радости жизни, снижение работоспособности, невозможность из-за болей близости с женщиной.

Предстательная железа — это часть общей системы организма, и поэтому заболевание ее лучше предупредить, чем лечить. Необходимо только знать, чего не любит предстательная железа: злоупотребления жареным, жирным, острыми, солеными блюдами, копченостями, изделиями из муки высшего помола, ограничение движений и т. д. Можно еще добавить, что заболевания

предстательной железы хорошо лечатся без химических лекарственных средств и хирургических вмешательств при соблюдении здорового образа жизни и следовании рекомендациям, данным в конце книги.

Хотелось бы коснуться еще одного довольно щекотливого вопроса, касающегося сексуальных взаимоотношений — проституции. В последнее время в нашей прессе много стали писать о «жрицах любви», а газета «Частная жизнь» даже изобилует предложениями посетить как отдельных девиц, так и учреждения, которые на Западе называют публичными домами.

Проституция... Эта проблема теперь стала не только «ихней», но и нашей, хотя она никогда не исчезала. В мире совсем немного стран, где проституция узаконена как вполне легальный бизнес. Между тем вопрос о том, должна ли она быть в принципе или нет, просто не стоит. Проституция была, есть и будет, покуда часть мужчин или женщин готова платить деньги за такие услуги. А если это происходит без денег, как это называется? У нас, русских, слово проститутка ассоциируется с понятием падшей, продажной женщины и считается позором.

Это как сказать! Почему это происходит?

Общеизвестно, что на 100 девочек рождается 102–105 мальчика, но из-за определенных обстоятельств (драки, войны) эта цифра выравнивается где-то к 40 годам, а затем мужчин становится меньше, потому что они чаще болеют, раньше умирают.

Семейная жизнь — это не только любовь (в начале), но и проза, причем довольно тяжелая и однообразная, когда из-за непонимания, в том числе низкой сексуальной культуры, происходят конфликты. Поэтому как мужчины, так и женщины ищут психологической и сексуальной разрядки на стороне. В эти моменты свою роль играют любовницы, которые как за деньги, так и бесплатно (потому, что и мужчине и женщине бывает просто тошно от житейских проблем), снимают стрессовые нагрузки. Но

это та же проституция, только в завуалированной форме. В том и другом случае происходит своего рода лечебный процесс, при котором снимаются стрессовые реакции, а опытные женщина, мужчина ещё и научат искусству любви. Эти люди выступают здесь как психосексотерапевты и в ряде случаев лечат людей лучше, чем врачи.

Наше сознание десятилетиями было ханжеским, зашоренным и настолько извращенным, что малейшее отклонение от «коммунистической морали» служило разбирательством партийных и других органов. Это дело двоих людей, только они могу решить вопрос, связанный с интимными взаимоотношениями .и никто им не судья. Мы ни в коем случае не оправдываем измену. Во время интимных отношений женщина да и мужчина могут на тонком духовном уровне определить. изменяет супруг (супруга) или нет. Мы стесняемся говорить об этом, но хороших книг на эту тему также нет, в связи с чем наша сексуальная безграмотность в половом воспитании сказывается на благополучии как отдельных личностей, так и семьи. Несмотря на то, что мужчины считаются сильным полом, на самом деле они гораздо слабее женщин: созревают позднее, живут меньше, заболевают быстрее, менее выносливы и т. п. Самыми рискованными считаются браки. заключаемые молодыми людьми до 18–20 лет, особенно те, причиной которых была беременность партнерши. Если будущие супруги одного возраста, то важно иметь сходство взглядов, интересов и, конечно, материальную независимость, которая закладывает прочный фундамент семьи. В мечтах девушки видят своих суженых более опытными, старше себя. Считается, что физиологическая разница между женихом и невестой должна быть в пределах 3–5 лет. Разница более 10 лет из-за различия в мировоззрении в большинстве случаев чревата своими последствиями.

Известно, что мужчины не рождаются импотентами, ими они становятся. Кстати, одной из причин импотенции

у мужчин и фригидности у женщин является переедание в детстве мучных и кондитерских изделий и мяса, что приводит к нарушению гормональных функций и обмена веществ.

Второй причиной, ведущей к импотенции мужчин, является создание тепличных условий для половых органов в детстве. Ведь природа разумно поступила, что мужские прелести она вынесла наружу: необходимо, чтобы в этой области температура была ниже, чем тела, и все время она проветривалась. Чем больше у мальчика в детстве будут разорваны штанишки, или прореха в этом месте, тем более сильным мужчиной он будет в жизни. Поэтому обращаемся к вам, мамы: выбирайте, что лучше - постирать свободные трусики, пеленки, чтобы ребенок в жизни был мужчиной, или покупать памперсы, чтобы он стал импотентом. Оказывается, это зависит от вас. Известен, например, метод стерилизации мужчин с помощью повышения температуры для половых органов выше 38 °С (так кастрируют в Австралии баранов, надевая на мошонку мешочек из меха).

Что происходит с юношами, не имеющими опыта сексуальных отношений, или мужчинами, ведущими нерегулярную половую жизнь? В этих случаях эрекция наступает очень быстро с последующим преждевременным семяизвержением. Очень важно при этом поведение женщин, достаточно им допустить бестактность, оскорбить мужчину, особенно юношу, в его «бессилии», как это оставляет прочные следы у них. Такие мужчины начинают испытывать сомнения в своих способностях, развивается низкая самооценка. Как же выйти из этого положения? Самым лучшим способом является найти более опытную женщину, которая поможет преодолеть этот психологический барьер. Опытные женщины, «профессионалки», зная мужские проблемы, наоборот, убеждают мужчин, что они самые удивительные, сильные, и мужчина, как ребенок, не только начинает верить в это, но и демонстрирует свою уверенность.

Проститутки — прекрасные сексотерапевты. Для большинства мужчин первый половой акт — это важное событие, где, как правило, присутствует страх, что он не удовлетворит женщину, а опытные женщины помогают его преодолеть без каких-либо комплексов. Девушки и неопытные женщины просто не знают, как себя вести в подобных ситуациях. Есть мужчины с высокой сексуальной активностью, которые хотят близости каждый день, в то время как жена равнодушна к сексу, хотя муж и любит жену. Из-за неопытности женщин у многих мужчин возникают проблемы, касающиеся их мужских достоинств, например, размера пениса. Часто мужчины у опытных женщин просят совета, как им вести себя со своими женами, и те их учат. Для проституток секс — это всего лишь работа, они обеспечивают «сервис», занимаются воспитанием мужчин в сексуальном плане. Все сталкивающиеся с этой проблемой (работники правовых органов, психологи, сексопатологи и др.) в своих мнениях единодушны: необходима скорейшая легализация этой древнейшей профессии, так как вокруг всяких запретов и ограничений образуется криминогенная среда: рэкетеры, сутенеры. Скольких трагедий можно было бы избежать, если бы у нас официально появились «дома любви».

Многие из вас знают, что творится в портовых городах. Тщательно контролируемая такая деятельность со стороны властей, и особенно здравоохранения, резко снизит венерические заболевания, опасность заражения СПИДом, скажется на количестве разводов, снизит число преступлений на сексуальной основе.

Итак, подводя итог тому, что вы узнали в этой главе, можно сделать следующие общие практические выводы, которые позволят создать гармонию в супружеской жизни:

1. Интимная близость возможна только после проведения предварительных ласк с женщиной, готовность

которой определяется по увеличению сосков молочных желез и увлажнению влагалища (любрикация).

2. Необходимо применять мягкие возбуждения эротических зон, особенно клитора, до, во время и после близости (последнее особенно относится к мужчинам, у которых оргазм наступает раньше, чем у женщин).

3. Выбрать наиболее приемлемую, удобную позу для близости, не стесняясь их разнообразить, чувство стыдливости здесь просто неуместно, должна быть полная раскованность.

4. Муж должен прежде всего добиться оргазма у жены и не обязательно для себя.

5. После оргазма, несмотря на быстрый спад возбуждения, мужчина должен продолжать ласкать женщину до полного успокоения.

Несоблюдение указанных советов рано или поздно приведет к конфликтным ситуациям, последствия которых непредсказуемы. Если вы последуете этим и остальным советам, данным в этом разделе, то обретете вторую молодость. Единение физического и психического состояния на тонком энергетическом уровне выводит мужчину и женщину на такой духовный подъем, блаженство, что все земные невзгоды будут отходить на второй план и вы поймете, что такое истинное счастье.

Необходимо помнить, что интимная близость — это межличностное общение на глубоком биополевом уровне, при котором эмоциональное состояние одного (раздражение, неуверенность, измена и т. п.) передается другому. Именно в этом лежит еще один аспект сексуальных взаимоотношений между супругами, когда они пытаются объяснить измену якобы из-за несоответствия в физиологическом плане. Некоторые мужчины приводят в оправдание встреч со многими женщинами именно такую причину. Вы помните, что, создавая женщину, Бог взял всего понемногу, в том числе и сахара. Так вот поиски-

женщины, у которой есть побольше «сахара», и занимаются такие мужчины, забывая о том, что каждая женщина сладка по-своему, только надо к этому найти ключик. От женщины также многое зависит, ибо какова женщина, таков и ее мужчина. Природа не настолько расточительна, чтобы постоянно экспериментировать в поисках «достойного» партнера, мы мало живем.

Детство, отрочество, юность до 20 лет, взросление, становление личности — до 30 лет, утверждение личности — до 40 лет, далее реализация полученных знаний, — и жизнь прошла. За это время надо родить, воспитать потомство и увидеть то, что создано и сделано вами за свою жизнь. И разменяться на поиски рожденной для вас женщины (мужчины) — напрасные хлопоты. Начните делать то, о чем вы узнали в этой книге, и многие проблемы, в том числе сексуальные, будут решены и вы поймете, что счастье не только в том, чтобы получать удовольствие самому, но и делать приятное другим.

Семейное счастье — это большой труд и терпеливость по отношению друг к другу в большом и малом. Там, где супруги не придают этому важного значения, не может быть и большого семейного счастья. Многие забывают, что наша жизнь складывается из мелочей, и от того, как мы себя ведем с близкими людьми, что является главным в жизни, зависит здоровье и гармония наших взаимоотношений в семье и в обществе.

Чего, например, стоит выяснение взаимоотношений в присутствии детей. Хороший психолог знает, что в такой семье здоровых людей, в том числе детей, не будет. Конечно, в жизни все бывает, но любые конфликты можно решать, не оскорбляя друг друга, не перемывая косточки.

Нелишне вспомнить стихотворение И. Пущина, друга А.С. Пушкина в этом плане:

Однажды вечор идя домой
Антиньевна с Марфушкою бранилась:

Постой ужо, — Антипьевна отменно горячилась,
Узнает твой муженек как ты
с Ванюшей в садочке целовалась.
Ванюша что, — Марфушка отвечает,
А сват Трофим, который день и ночь у тебя бывает,
Об этом весь город знает.
Молчи же кума, словами
всякого ты можешь разобидеть.
В чужом глазу соломинку ты видишь,
а у себя не видишь и бревна.

Особенно плохо сказывается на взаимоотношениях уязвленное самолюбие, гордыня, когда очень трудно сделать первый шаг к примирению. Для ругани всегда должен быть оппонент, прекратите разговаривать с разгневанным человеком, уйдите или молчите, тому неинтересно будет кричать в пустоту. Конфликт в спокойном состоянии решить проще.

Взаимоотношения между людьми — сложная проблема, особенно между мужчиной и женщиной. Это как музыкант и инструмент, где совершенства можно достигнуть только полной гармонией, когда двое сливаются и становятся как бы одним. Поневоле возникает вопрос, в чем же истинное счастье: все отдать или все получать? Да нет, отдавая, получать! В чем это выражается? В первую очередь в духовном обогащении личности, которая будет реализовываться в созидательной деятельности: личной, творческой, общественной.

Отсутствие сексуальной культуры страшно своим последствием: развитием детской проституции, причины которой также лежат в разрушении нравственных начал в обществе, алкоголизме, курении, наркомании, развале моральных, психологических устоев. Существует Всемирная декларация о правах ребенка, которая для России рождающей психически и физически неполноценных детей является пустым звуком. Наша нация давно уже стоит

на грани генетической катастрофы, и от того, по какому пути пойдет государство: по пути нравственного преобразования общества или удовлетворения амбициозных политических устремлений, будет зависеть будущее.

Все в жизни взаимосвязано, взаимозависимо, и жаль, что наша и без того короткая жизнь омрачается проблемами, которые порождаются человеком, убивающим самого себя. Воспитание, в том числе и половое, начинается в семье. Именно здесь закладываются основы будущих взаимоотношений между мужчиной и женщиной. Уважительное отношение отца к матери, желание при малейшей возможности помочь ей в делах, доброта не только по отношению к ближнему, но и к незнакомым людям — все это впитывается в кровь и плоть детей и становится их характером, нравственным началом, которое в последующем даст свои плоды. Конечно, все это потребует каждодневного труда, но он будет оплачен сторицей, сделав себя и окружающих счастливыми людьми.

КЛИМАКС — ЭТО БОЛЕЗНЬ?

Нельзя не остановиться на таком периоде жизни женщины, как климакс, наступающий обычно после 40 лет и который в ряде случаев доставляет ей очень много хлопот из-за гормональных, вегетососудистых, нервных сдвигов. Это с одной стороны, а с другой у женщины формируется сознание о начале конца сексуального влечения. Наоборот, женщина только после сорока лет начинает понимать радость общения с мужчиной. Конечно, на фоне гормональной перестройки, когда значительно уменьшаются женские половые гормоны и увеличиваются мужские, необходима их коррекция. За рубежом уже давно женщинам после 40–50 лет вводят женские половые гормоны, которые не только способствуют более мягкому течению климакса, но и сохраняют половое влечение, что

делает их в этом возрасте более привлекательными. У мужчин дело обстоит несколько иначе.

Мало кто знает и поэтому не обращает внимания даже врачи, на то, что и мужчины переживают климакс, только в менее выраженной форме и после 50–60 лет. В этот период у мужчин также происходит закономерный процесс физиологического старения организма: синтез тестостерона — активного мужского полового гормона, вырабатываемого клетками Лейдига, понижается. А так как вся гормональная система у нас в организме взаимосвязана, то это ведет к ослаблению полового влечения, снижению функции предстательной железы, семенных пузырьков, что в свою очередь ухудшает обмен веществ, общий тонус организма. Вы помните, одно время увлекались гормонами тестостерона для омолаживания организма, но из этого ничего не получилось. Этого можно добиться опять же только с помощью природных факторов, а не искусственным подстегиванием! Так вот, эти гормональные сдвиги у мужчин точно такие же, как у женщин, но менее выраженной формы: появляются внезапные приливы к голове, сердцебиение, потливость, утомляемость, раздражительность, неадекватная реакция на окружающих, снижение половой функции и учащение мочеиспускания.

Можно избежать или уменьшить тяжесть этого состоя-ния следующим образом: больше доброжелательности и теплоты в супружеских взаимоотношениях, активный образ жизни, прогулки, бег трусцой, водные процедуры позволят вам пройти более спокойно этот период жизни. Курение, алкоголь, конфликты, ревность, которая часто посещает людей в это время, усугубляют этот процесс и приводят к неврастении, импотенции. Мужчина в это время хочет, но уже не может удовлетворить женщину полностью, будьте более снисходительны к ним. Они оказываются бессильными, незащищенными именно в этот для них нелегкий период, что и следует учитывать

женщинам. Тем более, что мужчины, как правило, не обращаются с явлениями климакса к врачу, считая, что все указанные недомогания вызваны другими причинами.

Вам, вероятно, известны случаи, когда после 50 лет человек, кажется, достиг в жизни всего: благополучия в семье, успеха в работе, и вдруг взрыв – мужчина (реже женщина) уходит к другой.

Что происходит? Мужчина (женщина) жил в определенных зашоренных рамках сексуальных взаимоотношений, которые превратились в рутину, да еще на фоне нашей безграмотности в этом отношении. Как правило, половая потенция у мужчин в это время снижается. И вдруг новизна взаимоотношений, своего рода рефлекс по И.П. Павлову— что такое? Оказывается, я не только хочу, но и могу, и животный инстинкт полового влечения перечеркивает все, что достигнуто в жизни. Конечно, в дальнейшем, за редким исключением, мужчина остается у разбитого корыта, если только прежняя жена, будучи более милосердной, все ему не простит. Вот почему, особенно в зрелом возрасте, женщина должна быть более активной в половом отношении и делать все, чтобы оставаться для своего суженого желанной.

М. Норбеков и Л. Фотина приводят данные социологического опроса. Мужчин попросили ответить на вопрос, какое состояние они испытывали при виде жены, одетой, чтобы идти в театр (в гости).

Первая реакция:
ну наконец-то (80 %),
нарядилась для других (10 %),
не заметили ничего нового (8 %).
Последующие мысли и действия:
гордость за ее внешность и желание поцеловать,
сделать комплимент (84 %),
затрудняюсь ответить (7 %),

привык видеть ее всегда такой (9 %).

Скрытые ваши мысли и желания:

пропало желание идти в театр (гости), хочется взять на руки и отнести в постель (79 %),

погладить по спине и кое-каким местам и поцеловать (14%),

не знаю (7%).

Что женщина с собой сделала? Всего-навсего привела себя в порядок. Постарайтесь это делать в любой обстановке, особенно дома, когда, кажется, можно бы и расслабиться. Не надо забывать, что мужчина любит глазами — уж такая у него природа! и он постоянно вас сравнивает с другими женщинами, которые выглядят элегантно вне дома, а дома, возможно, еще хуже вас (не причесаны, неряшливо одеты и т. п.).

Женщины, по секрету скажем вам, что мужчины беспредельно наивны и из них можно вить веревки, только надо для этого поработать над собой, своей внешностью, внутренней сдержанностью. Необходимо научиться не унижать его мужское достоинство, понимать его и восхищаться им. Как вы уже знаете, в женщине, как ни в ком другом, все переплелось: коварство, хитрость, лесть, мудрость, нежность и т. п., только надо научиться умело этим пользоваться и помнить, что мужчина таков, каким вы его сделали, все зависит от вашей общей культуры, в том числе сексуальной.

Любые гинекологические заболевания женщины, а зацикливание на них – это ограничение общения с мужем, семейные конфликты и т. п. Из-за нашего и медицины невежества у многих женщин удаляют матку, являники, что делает их в какой-то степени неполноценными.

Можно ли это как-то исправить? Да, конечно. Для нормальной половой жизни не обязательно иметь матку, дело все во влагалище, а оно всегда сохраняется. Если операцию сделали в молодом возрасте, мужчина, конеч-

должен знать, будут ли у него дети или нет, а если после 40 лет, вообще никто, кроме врача не должен знать, что с вами делали в больнице. Следует также знать, что после удаления матки женщины становятся более сексуальными и вот почему.

В каждом организме мужчины и женщины есть и мужские и женские гормоны, только в мужском больше мужских, а в женском — женских. После операции по удалению матки, яичников, в результате гормональной перестройки у женщин становится больше мужских гормонов.

Что происходит при воспалительных процессах в области гениталий и других местах? Смещение органов относительно друг друга из-за их увеличения, снижение тонуса мускулатуры и связок из-за охранительного режима, застойные явления в малом тазу, в результате чего возникают геморрой, запор, трещины заднего прохода и т. п.

Что же делать? Матка, как и все внутренние органы, регулируется вегетативной, симпатической нервной системой и сокращается в автономном режиме.

Суть метода заключается в следующем. Гинекологический медитативный аутомассаж надо проводить лежа, чуть согнув колени, или сидя в кресле, на стуле, максимально расслабившись. Как при любом виде медитации все бренные мысли должны быть отброшены, сознание как бы выключается, и вы позволяете себе находиться только на уровне подсознания. Настройтесь на ощущения, что вы здоровы, счастливы, привлекательны, уверены в себе, и добьетесь выздоровления. Вспоминайте все лучшее, что было у вас в эротическом плане или прочитано в книгах, создайте у себя такое ощущение, которое было у вас при коитусе, чтобы вызвать возбуждение матки. Сделайте глубокий вдох, соберите облачко воздуха в середине легких и при медленном выдохе «отправьте» его в область малого таза. 5–10 раз это будет теплый воздух, а 5–10 раз — прохладный, как при вдохе.

Мысленно представьте, что в области матки тепло, даже горячо, и постарайтесь удержать такое состояние, затем приходит ощущение покалывания, как ползание мурашек, затем холода (до 60 секунд каждого ощущения), чередуя эти ощущения, добиваетесь, чтобы матка сократилась до 500–600 раз за один сеанс. После того, как вы научились этому, что обычно происходит уже в течение первых 2–3 дней, надо такой тренинг делать 3–4 раза в неделю. В это время матке надо немного помочь сокращением мышц брюшного пресса или мышцами промежности.

Здесь, как и всегда, вы лишний раз убеждаетесь, что от ваших мыслей, желаний зависит очень многое, главное, включается саморегулирующий механизм, который в свою очередь восстанавливает возникший дисбаланс в организме. Как любая сфера деятельности без тренировки угасает, так и половая функция требует регулярности. Проведенные исследования показали, что у монахинь рак матки встречается чаще, чем у живущих в миру. То, что человеку дано от природы, должно быть возвращено другим и получено то, что нормализует, усиливает его деятельность. В этом случае мастурбация может служить хорошим профилактическим методом различных заболеваний половой сферы.

Нельзя не привести случай из нашей практики.

Как-то позвонила женщина и попросила посмотреть се мужа. Голос был немолодой и очень встревоженный Согласились. Оказалось, что ей 69, а мужу 75 лет. Выяснилось, что Николай Иванович был офицером, волевым человеком, но в последнее время сник, стал скандалить, попивать водку с друзьями, обрюзг, да и прибаливать начал. После обследования мы дали рекомендации, ободрили его и сказали, что он практически здоров, но надо заняться собой, и ощущение радости жизни вернется к нему. Прошло полгода, опять звонит его жена, Клавдия Семеновна, и говорит: «Иван Павлович, что вы с моим

мужем сделали?» Вздрогнув, спрашиваю, что случилось, и думаю: не помер ли? Да нет, отвечает, стал здоровым, но я устала от него, требует, чтобы я жила с ним как женщина. Говорю, так это же прекрасно. Отвечает: «Так-то оно так, но уж очень часто он это требует». Я отвечаю: «Клавдия Семеновна, а вам кто заказал делать то, что я посоветовал ему, а то ведь найдет себе молодуху, что вы будете делать?» Мы уехали в длительную командировку. Как-то по возвращении прозвучал телефонный звонок, беру трубку, сразу узнал голос Клавдии Семеновны, она плачет. Спрашиваю, что опять случилось? Отвечает, два месяца тому назад мой Николай Иванович умер. Спрашиваю: отчего? Встретился он со своим давним врагом, которого ненавидел, повздорили, он расстроился, потом выпил, рано вечером лег спать. Управившись по хозяйству, я тоже легла. Николай Иванович ко мне, мы полюбились, после чего он сказал, что-то давит сердце и уснул, а утром не проснулся. Отвечаю: «Царство ему небесное, но вы должны радоваться, что он так умер, и чаще ставить свечку за то, что последние годы вы жили так, как в молодые годы». И смех и грех, но ведь люди, изменив себя, восстановили те функции, которые уже 5–8 лет не работали, тот же половой инстинкт. Тому примеров много.

Что сделали эти люди? Всего-навсего очистили организм, стали заниматься посильной постоянной физической нагрузкой, настроили себя и возвратили молодость. Здоровье себе, в том числе сексуальное, никогда не поздно вернуть. Но лучше это начинать в молодые годы, тогда с возрастом проблем будет меньше. Разнообразьте интересы, даже в малом доводите возникшие желания до конца (просто мечтания развращают, делают людей безвольными), живите так, чтобы каждый день был как будто последним, радуйтесь прожитому дню и готовьтесь к следующему. Видите, как все просто, главное начать делать.

Дейл Карнеги дает семь правил, которые надо соблюдать в семейной жизни.

1. Не ворчите, принимайте супруга (супругу) таким, как он есть.

2. Не пытайтесь перевоспитывать друг друга.

3. Не критикуйте супруга, особенно в присутствии других.

4. Выражайте искреннее восхищение достоинствами супруга.

5. Уделяйте внимание друг другу.

6. Будьте вежливы в семье, ведь ничего не стоит так дешево и не ценится так высоко, как вежливость.

7. Постоянно учитесь.

Прочитав данный раздел книги, где, конечно, отражено не все, а только основное, вы должны понять, что сексуальная культура — это такой же творческий процесс, если не более важный, чем все остальное, связанное с нашей жизнью.

Только познав прелесть интимных взаимоотношений, вы начнете понимать свое предназначение, когда потенциал духовного и физического здоровья возрастет, а смысл жизни приобретет новое звучание.

Оказывается, ***здоровье находится не только в ваших руках, но и в единстве душ тоже.***

УРИНОТЕРАПИЯ

Несмотря на кризисное положение в медицине, основное его направление остается неизменным: симптоматическое лечение. Характер любого симпозиума, совещания направлен на уточнение диагнозов и поиск новых лекарственных средств. При этом забывают, что организм представляет собой уникальную биофабрику, кладовую, с помощью которой можно вылечить самого себя, только не надо этому мешать. Хотя резервные возможности человека безграничны, медицина идет по пути наименьшего сопротивления, подменяя защитные силы человека химическими лекарственными средствами, способами щадящего питания, ограничительными режимами. И, что особенно плохо, медицина практически не проводит профилактических мероприятий. Конечно, решать вопросы здоровья только за счет медицины было бы в корне неправильно. Это сложная проблема, где тесно переплетаются социальные, экологические, правовые и другие аспекты жизни. Но главная роль при этом все-таки должна принадлежать медицине, стоящей на страже здоровья человека.

Так как медицина в настоящее время растратила выданные ей векселя, то больные люди в поисках средств лечения стали прибегать к методам народной медицины, что вполне естественно: умирать-то не хочется. Накопивший опыт народных целителей свидетельствует, что в большинстве случаев их способы и методы оказываются

не так уж и плохи и вылечивают болезни, которые официальная медицина вылечить не может. Не касаясь многих сторон народной медицины, рассмотрим один из нетрадиционных методов лечения, а именно: ***уринотерапию***.

В настоящее время уринотерапия привлекла широкое внимание общественности, чему способствовал наплыв литературы, и в частности, книга Армстронга «Живая вода». Несмотря на популярность этого метода, появились сообщения о смертельных случаях от применения урины. Кто прав?

В нашей официальной медицине уринотерапия не применяется, тому есть свое объяснение: неясен механизм действия, способ неэстетичен, содержащиеся в урине вещества – это яды, выбрасываемые организмом, и т. п. Вместе с тем тибетская, индийская медицина, медицина других народов издавна использует уринотерапию как профилактической, так и с лечебной целью.

Многочисленные данные специальной литературы свидетельствуют о том, что в организме больного при различных заболеваниях, особенно инфекционной природы, образуются в повышенных количествах биологически активные вещества, выделяемые с урином из организма. Подтверждением этому может служить то, что в последние годы найдены, изучены и предложены для практического применения препараты из урины, амидопептид-урогастрин, активный ингибитор желудочной секреции, блокирующий моторику желудка и секрецию соляной кислоты. В урине содержится кортизон, обладающий сильным противовоспалительным, антиаллергическим и антитоксическим действием, нормализующим углеводный и белковый обменные процессы. В почках вырабатывается фермент, активизирующий образование витамина D в организме, недостаток которого способствует возникновению у детей рахита. Сама урина активно поглощает вредные кислоты, предотвращая тем самым зашлакованность организма.

Немногие знают, что лучшие сорта мыла, косметические кремы содержат жир или обезжиренные соли урины. Доктор Вильямс обнаружил в урине специфические вещества, действующие против раковых опухолей. В 20-х годах А.А. Замков (муж скульптора В.И. Мухиной), занимаясь проблемой старости и омоложения, создал препарат «урограви дан», полученный из урины беременных женщин. Несмотря на сопротивление официальной медицины, с помощью А.М. Горького в Москве в 1932 году была создана вначале лаборатория, а затем Институт урогравиданотерапии, который в скором времени перестал существовать, а самого Замкова репрессировали.

Одним из первых в нашей стране с успехом использовал урину при многих заболеваниях Н.И. Здравомыслов. При этом отмечалось быстрое уменьшение болей, инфильтратов, усиление диуреза, исчезновение из урины мочекислых солей, наблюдался стойкий терапевтический эффект. А.Т. Колесникова в своей докторской диссертации (1980) приводит данные об эффективности применения урины при тяжелых формах сердечно-сосудистой недостаточности, сопровождающихся асцитами. В работе указываются противопоказания: нарушение азотовыделительной функции почек, гиперазотемия, уремическое состояние.

Что же такое урина? Урина – это результат огромной работы всей выделительной системы человека, представляющей сложнейшую физико-химическую лабораторию. Если посмотреть на формулу урины, то в целом она напоминает хорошее укрепляющее средство. В норме урина содержит около 200 наименований различных веществ. Это микроэлементы (кальций, натрий, калий, фосфор, железо), аминокислоты (глютаминовая, аспарагиновая, таурин, пронин, глицин, метионин), это комплекс витаминов (группа В, аскорбиновая, гиппуровая кислоты), гормоны, т. е. те вещества, без которых невозможен нормальный окислительно-восстановительный процесс и

т. п. Урина — это вещество с большим количеством свободных электронов, которые, вступая в химические реакции, усиливают энергетические процессы. Конечно, в урине есть и вредные вещества, такие как мочевина, хлор, аммиак, ртуть и другие, но возможно, что и они в малых дозах необходимы для нормальной жизнедеятельности организма. В урине найден фермент урокиназа, способствующий притоку крови к сердцу, напоминающий действие нитроглицерина и растворяющий сгустки крови (тромбы). Все это хорошо, но главное действие урины заключается в следующем. Это в первую очередь структурированная вода, которая обладает долговременной информационной памятью. Попав в организм, такая вода благодаря химическим превращениям содержит всю информацию о состоянии человека, в том числе и о его болезнях.

В настоящее время известно, что любое живое существо, будь то человек, микроб или орган, имеет свое собственное электромагнитное излучение, и если два излучения, имеющие одинаковые резонансные частоты, встречаются друг с другом, они взаимно поглощаются. В физике этот процесс называется интерференцией. Доктор технических наук Г. Сергеев сообщает об устройствах, которые могут определять любую частоту, на которой работает больной орган, и если в специальном электрическом контуре смоделировать такую частоту, ею подзарядить обычную воду и дать ее выпить, то она сама найдет своего «напарника», имеющего родственную частоту, т. е. больной орган, и за счет интерференции разрушит патологический очаг. Такие устройства пока очень дороги, а урина, обладающая всеми указанными свойствами, всегда рядом — и притом даром.

И еще. Урина представляет собой насыщенный водный раствор неорганических и органических солей, которые благодаря защитным коллоидам (частицы органических веществ), имеющим отрицательный заряд, находятся

взвешенном состоянии. Вот почему поверхностное натяжение урины составляет 64–69 дин/см, в то время как обычная вода имеет гораздо большее натяжение, порядка 75 дин/см. Такими же свойствами, как урина, обладает и талая вода.

И самое главное. Организм как саморегулирующая система постоянно поддерживает кислотно-щелочное равновесие, гомеостаз, на определенном уровне, что непосредственно сказывается на состоянии урины. В зависимости от тяжести и специфики заболевания организм мобилизует защитные силы, которые выделяют не только гормоны, ферменты, но и специфические вещества, антитела, против того заболевания, которое есть у больного.

Максимально использовав эти вещества, организм в ослабленном виде выводит их вместе с уриной. Возникает вопрос, а нельзя ли эти ослабленные вещества вновь ввести в организм, добавив их к вырабатываемым свежим, придавая последним больший импульс? Известно ведь, что в памяти организма остаются следы прошлых болезней, как, например, кровь человека, перенесшего ожог, содержит специфические вещества (антитела), которые оказывают более выраженный эффект при ожогах, чем перелитая кровь человека, у которого в прошлом не было ожогов. Здесь мы сталкиваемся с явлением, напоминающим вакцинацию.

Если рассматривать любое заболевание в общем плане, то это в первую очередь нарушение электролитного баланса, гормональной, ферментной системы, биоэнергетической структуры. А если ввести в организм уже готовые вещества, хотя и ослабленные, но собственные, на которые не надо тратить энергию и в которых содержатся специфические вещества против данной патологии? Все сразу начнет работать. Вероятно, по такому пути шла мысль, связанная с использованием урины при различных заболеваниях. Действительно, нет локальной болезни, есть только локальные симптомы. Лечить надо не орган,

что, как правило, делают врачи, а весь организм. Только в этом случае можно добиться успеха. В целом прием урины позволяет значительно экономить энергию, которую не надо тратить на образование структурированной воды. Это хорошая добавка питательных веществ, особенно по белку и созданию условий для оптимальной работы иммунной системы. Кроме этого, урина за счет содержащихся солей обеспечивает промывание клеточных мембран, межтканевой жидкости, обладает мочегонным и бактерицидным действием и другими свойствами. При изучении различных компонентов урины было обнаружено, что она содержит мукополисахариды (МПС), которые характеризуются высокой термостабильностью и вместе с тем хорошей растворяемостью в воде. Было доказано, что содержание мукополисахаридов в урине находится в определенной зависимости от степени развития патологического процесса и может служить прогностическим признаком. При проведении уринотерапии отмечалось статистически достоверное снижение уровня МПС, что в свою очередь является надежным показателем терапевтического эффекта. Утверждение о том, что урина ядовита, ни на чем не основано. Запах урины зависит от характера питания, чем больше в нем мяса и молока и выше зашлакованность, тем более резок ее запах.

Вкус урины горьковатый или солоноватый со специфическим запахом. Мясная, молочная пища создают высокий уровень мочевины, азотистых продуктов, мочевой кислоты, что в целом дает кислую реакцию и неприятный запах. Напротив, вегетарианская, растительно-углеводная пища придает урине светло-соломенную окраску, она практически безвкусна, без запаха.

Что происходит в организме при приеме урины? В урине, по сравнению с плазмой крови, содержится в десятки раз больше веществ, и такой концентрированный раствор работает как насос: тянет воду на себя. Попадая в кишечник, урина втягивает межтканевую воду через

слизистые оболочки, микроворсинки, очищает их, удаляет накопившуюся слизь, тем самым нормализует работу желудочно-кишечного тракта, улучшая пищеварение, а также мембраны клеток. Из-за содержания в урине солей происходит подсос воды в толстый кишечник, что, разжижая каловые массы, способствует устранению запоров. С жидкостью, которая притягивается уриной из организма, выводятся шлаки, токсины, фактически прочищается как клеточная, так и межклеточная жидкость. Тем самым улучшается кислотно-щелочное равновесие и омолаживается организм.

Для многих, особенно для врачей, слова, что в случае использования урины характер заболевания не имеет значения, звучат парадоксально, но, изучив имеющуюся по уринотерапии литературу и на основании собственного опыта применения урины, можно согласиться с этим утверждением. Это так же подтверждается многочисленными случаями выздоровления больных, даже практически безнадежных, правда, в комплексе с другими, приведенными в книге мероприятиями. Конечно, это не панацея от всех болезней, но способ заслуживает того, чтобы о нем не только вспомнили, но и начали изучать. Главное при этом помнить, что не важно, какое средство принимает больной, а важен результат, механизм же действия рано или поздно будет изучен, уточнен. Наш опыт народных целителей, в том числе и в использовании урины тогда, когда о ней в России еще мало кто знал (конец 70-х годов), чему свидетель Э. А. Гурвич, позволяет сказать следующее.

Появились сообщения о наступивших смертях, связанных с приемом урины. Мы это допускаем, но со следующими поправками. Урина не такое уж безобидное вещество. Вот вам пример из нашей практики. Человек был малоприятен в быту, злобен, завистлив. У таких людей частотный режим организма работает в тяжелых отрицательных электромагнитных излучениях, которыми,

конечно, насыщена и вода. Так вот, принимая такую урину, насыщенную тяжелыми микролептонами, организм получает дополнительную их порцию и умирает. При этом закон интерференции работает с отрицательным знаком. Это можно объяснить тем, что не отдельный орган имеет измененную частотную характеристику, а весь организм, да еще на таком тонком, как психический, духовный уровне. Как говорят в народе, что породил, то и получил. Посоветовали такой больной отказаться от приема урины, так как у нее уже отмечалось тяжелое уремическое состояние. Помимо этого есть четкие противопоказания к приему урины. Повторяем их еще раз: гипоазотемия, уремическое состояние, нарушение азотвыделительной функции почек. Поэтому, прежде чем принимать урину, надо посоветоваться со специалистом, знакомым со спецификой уринотерапии. Вот почему надо осторожно относиться к рекомендациям по приему в частности урины Г.П. Малахова, книги которого заполонили прилавки, он же не врач и многие вопросы рассматривает с дилетантской, компилятивной точки зрения, не всегда физиологичной. Так, он говорит о практической безвредности урины, однако частый прием её — это нарушение белкового обмена, что приводит людей даже к смерти, свидетелями чему мы были. Нет панацеи, нужна мера во всем, и в том числе в использовании урины.

Одним из непременных условий, которое должно предварять прием урины, является очистка кишечника и печени. Вы помните, что если в кишечнике завалы, печень, если токсикационная функция не работает, и все яды откладываются в первую очередь поступают в почки, в кровь.

Существует несколько способов приема урины.

1. Прием внутрь. Вначале необходимо преодолеть щелочной барьер, ведь и врачи рекомендуют вначале принимать горькие, соленые лекарства, к тому же слабительное, другое калечащее. В ряде случаев этот барьер можно преодолеть тем, что в урину добавляют варенье,

морс, чувство брезгливости в данном случае преходяще. У нас была больная, которую особенно беспокоили остеохондроз и полиартрит. К нашим рекомендациям по приему урины она отнеслась с предубеждением, но в какой-то мере повлияли моя убежденность и авторитет. Прошло недели три, встречаем ее на улице, спрашиваю, как дела, отвечает: «Хорошо. Знаете, я принимаю урину и придумала новый способ. Выпью ее и сразу же закусываю малосольным огурчиком». Какая прелесть! Дальше спрашиваю: а сколько вы пьете? Отвечает: «Как сколько? Всю, что выделяю в течение дня. Я не такая дура, чтобы такое добро выливать в канализацию». Порекомендовали ей не увлекаться приемом урины или делать значительные перерывы, организм в норме должен делать все сам, без посторонней помощи. Сейчас эта больная излечилась от полиартрита, остеохондроза, бегает трусцой, раздельно питается, а ей уже больше 80 лет. Конечно, принимать урину постоянно не следует, организм быстро привыкает жить за счет других, надо делать перерывы между приемами в 2 недели. Но если у вас кишечник работает как часы, нет болезней, зачем принимать урину, достаточно того, что это лекарство всегда с вами и в случае необходимости вы сразу начнете его принимать.

Итак, вы начали принимать урину после прочистки кишечника и печени. Как это делать? Выдохнули, выпили одним залпом 100 мл., и через 2–3 дня выделяемая вами урина становится светло-желтой, без запаха. Если у вас заболевания почек, пиелонефрит, займите у однополых детей или члена семьи, но через несколько дней обязательно переходите на собственную урину, только там есть специфические лекарственные средства против ваших болезней.

Свежую урину некоторые целители называют живой водой, если она постоит несколько дней – она мертвая. Можно попробовать постепенное привыкание к урине: вначале вымыть ею руки, затем лицо, через некоторое

время смыть теплой водой без мыла. Прополощите рот, закапайте в нос. Если же для вас важнее всего здоровье, не привередничайте, начните принимать урину сразу; соблюдайте все, как мы сказали, от этого еще никто не умирал, а только выздоравливал.

Прием лекарств с уриной несовместим, они становятся вам просто не нужны. После первых приемов урины может быть урчание в животе, жидкий стул. Это нормальное явление, через несколько дней все пройдет. Хорошо сочетаются 1–3-дневные голодания с приемом урины. Это способствует более эффективному выведению токсических веществ из организма. В настоящее время доказано, что несколько коротких голоданий с уриной дают больший эффект, чем одно длительное, которое требует и напряжения, и времени последующего выхода из него. Так как урина является мощным тонизирующим, бактерицидным и, главное, специфическим средством как профилактики, так и лечения собственных заболеваний, то принимать ее рекомендуем при любых состояниях. Особенно ценна урина при острых состояниях на фоне повышенной температуры, когда за счет иммунной системы идет мощный выброс всех веществ, которые помогут блокировать патологический процесс.

Итак, урина, попадая в организм, с помощью своих включений прочищает желудочно-кишечный тракт, сосуды, мембраны клеток, межклеточную жидкость, снимает шлаковую блокаду органов, устраняет бродильные и гнилостные процессы в кишечнике за счет имеющихся в ней специфических антител, способствующих ликвидации патологических процессов, укрепляет естественные защитные силы организма и способствует оздоровлению.

2. Наружное применение урины. Существует два способа применения урины для наружного использования. Первый — это обычная урина, которая постоит 2–3 и больше дней. Второй: урину выпаривают до 1/4 части от первоначального объема. Как говорилось ранее, урина

состоит из жидких кристаллов, связанных с белковыми структурами в агрегатированном состоянии, причем каждый агрегат состоит из 24–81 молекулы, на образование которых идет очень много энергии. При разложении эта энергия освобождается. Кроме того, в урине находятся продукты белкового обмена и биологически активные вещества. При выпаривании идет процесс разложения агрегатов и белковых соединений, за счет чего идет мощная энергетическая подпитка урины. Кроме того, при выпаривании до 1/4 первоначального объема жидкие кристаллы урины превращаются в шестиугольники. Если урину выпаривать дальше, — чего делать не надо, — образуется мыльная пена.

Шестиугольники обладают интересной особенностью, они аккумулируют не энергию, а время, образующее вокруг себя «стоячие волны». Это явление получило название «эффекта полостных структур». Их много в природе: это и пчелиные соты, и бензольные кольца молекул, это и структура костей, и многое другое. За счет уплотнения времени, оказывается, можно оздоравливаться, например, с помощью «оргонного аккумулятора» Райха и пирамид. Указанный способ использования урины — это профессионализм. Как вы правильно поняли, урину можно использовать в любых условиях, особенно не усложняя свою жизнь.

Лучше всего массировать тело уриной 1–2 раза в сутки. Этим вы гармонично стимулируете все внутренние органы. Через 30 минут смыть теплой водой без мыла. Лучше это делать в свободное от работы время.

При использовании урины во время массажа необходимо помнить о возможных осложнениях: высыпания на коже, зуд. При наличии кожных заболеваний в виде гнойничков, псориаза, массаж делать нельзя, только компрессы. Компресс положить на 1–2 часа, затем снять, тело обмыть теплой водой без мыла. Обратите внимание, что психологический настрой при уринотерапии так же, как

и другие средства, играет не последнюю роль для достижения должного эффекта.

Вот еще некоторые рекомендации по наружному применению урины.

Ожоги, незаживающие трофические язвы. Компрессы на 1–2 часа, можно 2 раза в день. Соотношение 1:1 с кипяченой водой.

Головные боли, выпадение волос. Массаж головы, лица, шеи. Вначале можно свежей уриной. Кожу на голове надо смещать по отношению к скальпу, а волосы как бы отрывать от головы. Затем завязать платком голову, подержать 1 час, после чего смыть теплой водой без мыла. Выполнять 3–4 раза в неделю до нормализации состояния.

Гайморит, заболевания носоглотки. Закапывать по 5–8 капель урины в нос или промывать носоглотку: набрать урину в левую ладонь, поднести к правой ноздре, закрыть ее и втянуть в себя урину. То же самое сделать другой рукой. 2–3 раза в день.

Воспалительные заболевания гениталий. В межменструальный период ввести тампон, смоченный уриной, на 30 минут, через день – тампон с 1-процентным раствором мумие. И так 14 дней. В спокойный период повторить еще раз. В дальнейшем – по самочувствию.

Массаж в ванне. Нагреть ванну, налить горячую воду, в которую добавить 3–5 л урины, собранной в течение недели, воды в 3–5 раз больше. Лечь в ванну и провести массаж. После этого закутаться в простыню, посидеть 1,5 часа, а затем обмыть тело теплой водой без мыла.

Как правило, наружное использование урины сочетается с приемом ее вовнутрь.

Запор, колит, геморрой, парапроктит. Раздельное питание, прием урины внутрь, клизмочки с теплой уриной по 100–150 мл. При первых приемах лучше использовать урину, разбавленную кипяченой водой в соотношении 1:1.

3. Применение урины подкожно. Забор урины производят в период повышения температуры, ибо в этот период в ней находится наибольшее количество биологически активных и специфических веществ. Из общего количества урины отбирается 100 мл и стерильной пипеткой разливается в стерильные пробирки по 10 мл.

Пробирки закрываются ватно-марлевыми пробками и стерилизуются на водяной бане 30 минут. После этого урина отстаивается. В осадке остаются белковые компоненты и соли, а в растворе – термоустойчивые мукополисахариды и другие вещества, которые представляют собой лечебный препарат «нативный терапин». Все пробирки хранят в холодильнике при температуре +2 , + 4° С. При хранении урины больше суток перед каждой последующей инъекцией необходима повторная стерилизация на водяной бане не меньше 10 минут, пробирку не взбалтывать, использовать только отстоявшуюся часть урины. Последние три года мы для подкожных инъекций используем следующий метод: стерилизуем поллитровую банку, куда набирается средняя струя урины, которую сразу же набираем в стерильный шприц и вводим. Это делается снова перед каждой процедурой. Осложнений — никаких.

Урину вводить только подкожно!!! Первый раз необходимо ввести 0,5 мл. Если заболевание сопровождается высокой температурой, в этот день ввести второй раз уже 1 мл, на следующий – - 1,5, затем – 2,0 мл. Для получения хорошего эффекта достаточно 3 5, максимум 7 инъекций. Уколы болезненны, поэтому перед введением урины в шприц можно набрать 0,5 мл новокаина. Хотя вы уже знаете, что боль тоже лечит, потерпите ее 1 2 минуты.

Детям до 5 лет вводят от 0,2 до 0,5 мл; от 5 до 10 лет – 0,3–1,0 мл; от 10 до 15 лет — 0,5–1,5 мл. Эффект от лечения наблюдается после первых процедур: снижается температура, снимается интоксикация, уменьшаются болевые реакции.

Прием лекарств во время проведения уринотерапии нежелателен, кроме острых и тяжелых случаев, связанных с неотложной терапией. Побочных явлений, осложнений от использования урины не наблюдалось, если лечение проводить на фоне раздельного питания, предварительной очистки кишечника, печени.

Некоторые общие замечания к использованию урины. Как относиться к приему детской урины? Как вы уже знаете, собственная урина необходима вам для лечения своих болезней. А если вы здоровы и хотите подпитаться энергией дополнительно, можно использовать детскую урину. До 12 лет организм наиболее устойчив к различным проявлениям и насыщен мощным энергетическим полем. Принимая такую урину, вы как бы омолаживаетесь, только не увлекайтесь ею.

Какую пить урину? Нам представляется, что надо это делать во время утреннего туалета, пропустив первую порцию урины, потому что в ней содержатся вещества, накопившиеся в уретре в течение ночи. Американские исследователи рекомендуют пить урину, собранную через 2–3 часа после еды, объясняя это тем, что в такой урине больше ферментов. В принципе это не имеет большого значения, ибо днем прием урины сопряжен с определенными трудностями.

Настройте себя, возьмите в руки стакан с «божественным нектаром», как его называют йоги, выдохните, и... все. С каждым разом новая энергия, вливаясь в ваше тело, будет способствовать не только избавлению от всех недугов, но и служить профилактическим средством против возникновения новых заболеваний.

Все в ваших руках и в урине тоже, содержащей все необходимые для жизни вещества и, главное, эндогенные (внутренние) специфические лекарственные средства, вырабатываемые организмом на заболевание, имеющееся у вас. Только знайте меру.

ВОЗДУХ, ВОДА, ДВИЖЕНИЕ — УНИВЕРСАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ЗАКАЛИВАНИЯ ОРГАНИЗМА

Одним из сильных закаливающих средств является воздух, часть материальной оболочки Земли, которая содержит все виды энергии, необходимой для жизнедеятельности организма. Когда нам плохо, мы говорим «воздуха не хватает». Воздух в организм поступает в основном через легкие, но интенсивный обмен веществ, в том числе и дыхание, идет и через кожные покровы. Система терморегуляции у нас включается при жаре или холоде, а при комфортной температуре она работает в автономном режиме. Терморегуляция не имеет специфических органов, как любая другая система, а использует весь организм. Процессы терморегуляции это химические (тепло, образуемое при переваривании пищи) и физические (связанные с теплоотдачей) процессы. В обеспечении постоянства температуры тела более существенную роль играет физическая терморегуляция, которая сокращает выработку тепла или увеличивает ее. Место выработки тепла в организме—мышцы, и чем лучше их состояние и состояние кожных покровов, тем совершеннее работает механизм терморегуляции.

Более 100 лет назад русские ученые И.П. Щелков и Г.К. Заллер сделали открытие, что при работе в скелетных мышцах кровообращение усиливается в 60–80 раз, в то время как, например, в мозгу и желудочно-кишечном

тракте только в 8–10 раз. Столь большая потребность мышц в крови стала расцениваться как нагрузка на сердце. Из законов физики известно, что излишняя нагрузка, например, на двигатель, приводит к его быстрому изнашиванию. Отсюда следовал вывод: при заболеваниях сердца, сосудов необходим охранительный режим. Вместе с тем, как показала практика, те больные, которые не придерживались режима ограничения двигательной активности, быстрее восстанавливали свое здоровье.

В чем тут дело? В настоящее время доказано, что скелетные мышцы состоят из мышечных волокон, которые сокращаются с определенной частотой. Воздействуя на расположенные рядом сосуды, они выполняют роль насосов, работающих в 2–3 раза сильнее, чем само сердце. А так как мышц в организме человека более 500, то всасывательно-нагнетательная функция мышц огромна, она была названа «периферическим сердцем».

Включая в активную работу мышцы, «периферическое сердце» одновременно заставляет более интенсивно работать и мозг. У животных, которые подвергались физическим нагрузкам, в мозгу наблюдались более развитая сеть кровеносных сосудов и более густая нервная система, чем у находящихся в состоянии обездвиженности. Электрофизиологические исследования, проведенные на пожилых людях, подтвердили, что у людей, занимающихся спортом, бегом трусцой, активность воли мозга была аналогичной активности людей молодого возраста.

Иными словами, физическая тренировка оздоравливает не только тело, но и мозг. Это лишний раз служит доказательством взаимосвязи и взаимозависимости всех органов и систем организма. В этом-то и кроются неограниченные возможности на пути не только профилактики но и лечения заболеваний.

Член-корреспондент Академии наук Беларуссии профессор А.И. Аринчин проделал изумительный по своей простоте опыт: он изолировал икроножную мышцу

организма, замкнув ее в искусственный круг кровообращения, где она сама проталкивала кровь. Было доказано, что если сердце способно нагнетать кровь с давлением в 120 мм рт. ст., то мышца способна это делать с давлением в 200, 250 мм рт. ст. и даже более. Самое главное, что независимо от возраста, состояние мышечной ткани поддается тренировке, только нужна постепенность.

Как уже говорилось, одной из важных причин, усугубляющих развитие заболеваний, является ограничение движений, покой, которые рекомендуют врачи больным на фоне приема химических лекарственных средств. Оказывается, как правильно говорит Н.М. Амосов, больному организму движений нужно больше, чем здоровому, в десятки раз. Особенно это важно при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Тренировка мышц, связок – это не только помощь сердцу, но и органам, позвонкам, сочленениям, которые при этом берут часть функций на себя, предохраняя организм от чрезмерных статических и динамических нагрузок и резких движений. Физические упражнения, массируя мышцы, одновременно массируют связки, хрящи, диски, улучшают их кровоснабжение, а следовательно, они дольше не теряют упругость и не стареют, и получается, что они лечат сами себя. Только нужно не лениться, ибо в движении – ваше здоровье.

Чем слабее мышцы, тем тяжелее переносит человек стрессовые ситуации. Состояние удрученности, например, может отрицательно влиять на подлопаточную мышцу. Вот почему вы идете, сидите опустив плечи, а она имеет энергетическую связь с меридианом сердца и через него с самим сердцем. Если даже сама по себе мышца не развита, возникают проблемы с сердцем.

Чем больше тренированность этого «периферического сердца», тем больше снижается нагрузка сердца, тем скорее восстанавливается его функция. Возраст при этом не играет никакой роли, нужна только постепенность и

последовательность увеличения нагрузок. Конечно, при острых состояниях нагрузки исключаются. Это стало широко известно только в последнее время, а в конце 60-х - начале 70-х годов нами был предложен комплекс аппаратуры для наружной контрпульсации - НКП (конструктор системы Н.В. Хапилов, авторские свидетельства 499004, 498943, 511935, 60421).

Это исследование было вызвано тем, что работа космонавта в скафандре на фоне большой физической и психоэмоциональной нагрузки могла вызвать определенные сдвиги в сердечно-сосудистой системе вплоть до потери сознания. К счастью, безопасность работы космонавтов обеспечивалась в этих условиях надежностью скафандров, но НКП нашла свое применение в клинической практике.

Принцип работы НКП основан на компрессии различных участков тела (рук, ног, живота) отдельно или в сочетании друг с другом при помощи секционированных манжет в определенные фазы диастолы. Система регулировалась по собственному ритму сердца с учетом скорости распространения пульсовой волны. Как показала практика, воздействие НКП имеет положительный эффект, улучшается пульсовое кровонаполнение мозга, сердца, легких, улучшается сократительная способность миокарда и органного кровотока, повышается диастолическое и внутриартериальное кровяное давление.

Как отдельно, так и в комплексе с другими мероприятиями НКП позволяет оказывать медицинскую помощь даже безнадежным больным и значительно ускорять выздоровление в тяжелых случаях, особенно отягощенных сердечно-сосудистыми заболеваниями. Этот принцип использован в вакуумном аппарате «Чибис» и применяется в практике неотложной медицинской помощи. Основываясь на этих материалах, вопреки официальной медицине, мы стали советовать больным с перенесенными инфарктами, инсультами делать активную зарядку и

постепенно у
вать ходьбу с
Бег доступе
вий, дорожку
когда бегать?
раньше встане
правильнее бе
Как постро
лать утром? П
душ, завтрак,
не может успок
на которую уш
нечностях. Вы
бега увеличива
ких бегунов, нес
ряде случаев во
инфарктов.
Лучше всего
шая интенсивна
ходьбы до рабо
после легкого у
больше внимани
Сколько бега
достаточно 3–4 к
Хотите бегать бо
ровки, пожалуйст
организм всегда в
максимум через 2
ляет именно это вр
ходимо сочетать
пит, только постеп
а расстояние бега,
бы ощутить, что вы
Повышение тем
способ борьбы с а
день вы почувствов

постепенно увеличивать нагрузки, интенсивно использовать ходьбу с переходом на бег трусцой.

Бег доступен каждому, независимо от возраста и условий, дорожку можно найти в любом месте. Сколько и когда бегать? Многие бегают утром, считая, что чем раньше встанешь, тем больше проживешь. Все это так, но правильнее бегать вечером и вот почему.

Как построен день бегуна, предпочитающего это делать утром? Подъем в 5,30 6 часов, бег 5, а то и 10 км, душ, завтрак, поездка на работу. Организм за это время не может успокоиться от довольно интенсивной нагрузки, на которую ушло много энергии, особенно в нижних конечностях. Вы помните, что кровоснабжение во время бега увеличивается в ногах в 60–80 раз? Вот почему у таких бегунов, несмотря на кажущееся хорошее здоровье, в ряде случаев возникают проблемы с сердцем вплоть до инфарктов.

Лучше всего построить режим дня так. Утром — хорошая интенсивная разминка, душ, завтрак, максимум ходьбы до работы. Вечером, когда заботы дня позади, после легкого ужина можно и расслабиться, уделить больше внимания тренировке.

Сколько бегать? Как показала практика, для женщин достаточно 3-4 км, мужчинам 4–5 км 3 4 раза в неделю. Хотите бегать больше? После соответствующей тренировки, пожалуйста. Но для того, чтобы поддерживать организм всегда в равновесном состоянии, бегать надо максимум через 2 дня, ибо тренирующий эффект составляет именно это время. На первых порах бег трусцой необходимо сочетать с ходьбой, причем вас никто не торопит, только постепенно увеличивайте не интенсивность, а расстояние бега, ходьбы, но обязательно до пота, чтобы ощутить, что вы работали.

Повышение температуры во время бега — лучший способ борьбы с атеросклерозом. Если на следующий день вы почувствовали слабость, усталость — уменьшите

нагрузку, все делайте по самочувствию, прислушиваясь к себе. Конечно, в первые дни эти ощущения будут естественной реакцией на нагрузку, что надо преодолеть. Вернувшись после бега домой, в первую очередь примите душ.

При потении через кожу выделяется много продуктов обмена веществ: солей, мочевины, и если не смыть их, то они через 4–5 минут будут снова всасываться в кровь. После душа обязательно полежите, подняв ноги вверх под углом 20° и больше, положив их на спинку дивана или, лежа на полу, на стул, сиденье дивана. В это время поработайте ногами: носки на себя, от себя, внутрь, наружу и т. п. Эта процедура прекрасно снимает нагрузку с сердца, с нижних конечностей и является хорошим профилактическим средством при варикозных расширениях вен, тромбофлебитах. Выполняя эту процедуру, вы бегаете не к инфаркту, а от него, этому упражнению уделите 8–10 минут.

Какова должна быть нагрузка? У молодых увеличение пульса во время бега от исходного может доходить до 100 %, а у пожилых – до 50–60 %, главное — постепенность увеличения нагрузки. Если вы не бегали раньше, возраст не помеха: начните это делать с сегодняшнего дня, чередуя его с ходьбой. При беге резко увеличиваются обменные процессы, в том числе и холестериновый. Многие связывают холестерин со старением, отчасти это так, но Е.И. Чазов на заре своей научной деятельности доказал, что его бояться не надо. Холестерин низкой плотности (ЛНП) с высоким его содержанием при отсутствии гомоцистеина оседает на стенках сосудов и способствует образованию атеросклеротических бляшек, а холестерин высокой плотности (ЛВП) с низким его содержанием вырабатывается в печени, эстрагирует ЛНП из клеток током крови доставляется в печень, где и разрушается.

Как вы знаете из предыдущих глав, цистеин, атеросклеротические бляшки — это не только холестерин, это отсутствие гомоцистеина, который вырабатывается в

кишечнике и печени, с помощью комплекса витамина В, и, в частности фолиевой кислоты, образует метионин, благодаря которому происходит синтез белка и образование стромы для мышц и коллагеновых волокон для костей. Так что борьба с атеросклерозом – это, в первую очередь, очистка кишечника и печени. Так как холестерин является неотъемлемой частью клетки, получаете вы его с продуктами или нет, организм все равно его должен добывать.

Многие думают, что старость - это угасание организма, и силы надо экономно расходовать. Наоборот, старость — это состояние, в которое вы себя вогнали, и только с помощью активного образа жизни можно усилить приспособительные механизмы, которые будут не только препятствовать процессу старения, но способствовать общему оздоровлению. Основой профилактики атеросклероза является нормальная работа кишечника и печени, вот для чего нужна их периодическая очистка и раздельное питание.

Бег важен еще и вот почему. В отличие от упражнений, выполняемых во время ритмической гимнастики, при беге происходит удар на пятку, отчего противоудар перемещает вверх столб крови в сосудах. Такой гидродинамический «массаж» укрепляет стенки сосудов, усиливает обменные процессы в костях, препятствует отложению в них холестерина и солей и способствует более быстрому их вымыванию и последующей профилактике атеросклероза.

Бег - это еще и заряд бодрости. Наша Земля покрыта сетью магнитных силовых полей, идущих с севера на юг на расстоянии 2 метров друг от друга, а с запада на восток — 2,5 метра. Человек представляет собой биоэлектрическую систему и с помощью подпитки энергией извне организм, как аккумулятор, подзаряжается, а затем по мере надобности эту энергию расходует. Чем больше человек пересекает магнитных линий и чем чище работают

мембраны клеток, тем сильнее электродвижущая сила организма, тем больше энергия.

Мы выскажем еще одну крамольную мысль, которая объясняет преимущества бега трусцой перед ходьбой. Дело в том, что при беге вы должны обязательно отрывать обе ноги от земли, которая представляет собой сильное электромагнитное поле, отрывая (особенно босые ноги или в несинтетической обуви) от земли, вы прерываете электрическую связь с землей, и в организме происходит возмущающий эффект, когда лампочка как бы тухнет, а потом снова загорается. Пройдите даже в быстром темпе 3–4 км, оцените свое состояние, а теперь пробегите трусцой. Сравнение будет в пользу бега, главное, пропотеете побольше.

Бег трусцой — это не только здоровье и обретение молодости, бодрости духа. Время, «потраченное» на эту процедуру, ничем измерить нельзя: не теряете 30–45 мин, обретете выигрыш минимум 1,5–2 часа чистого времени и счастье ощущать себя здоровым человеком.

И еще очень важное дополнение, касающееся бега трусцой. До последнего времени считалось, что клетки мозга не восстанавливаются. Нейробиолог США Фред Гейдж со своими сотрудниками доказали, что во время бега в колесе у мышей наблюдалось увеличение количества нервных клеток более чем в два раза по сравнению с контролем, а также восстанавливается активность биопотенциалов мозга. Замечено, что это происходит, если физическая работа проводится с удовольствием, в то время как при любой подневольной работе этого не наблюдается. Поэтому получайте от бега наслаждение, что способствует выделению специфических морфиноподобных веществ, доставляющих чувство радости.

Ходьба. Оказывается, мы даже ходить правильно не умеем.

Как мы ходим? При выносе ноги вперед наклоняемся, делаем как бы кивок по горизонтали, а иногда и

вертикали, носок кверху, позвоночник неподвижен. Ногу опускаем на землю, срезом пятки сотрясая тело, затем перекатываемся на носок, и снова повторяется весь цикл другой ногой.

Что предлагает, например, А.С. Залманов в своей книге «Тайная мудрость человеческого организма»? Прежде чем сделать шаг, надо сделать поворот тазом до 10 и более градусов, тем самым двинуть бедро вперед (носок не поднят над землей) и поставить ноги уже на всю пятку и сразу же на всю стопу. При этом нет вертикальных и горизонтальных качаний, нет сотрясений позвоночника. Активно работают мышцы живота, позвоночник работает как на шарнирах по всей длине, ходьба становится спокойной, красивой, мягкой. Точно такие же движения надо делать и при беге.

Хождение босиком. Известно, что на подошве стопы находятся биологически активные точки, на которые проецируются все органы человеческого тела. Только массируя стопы, можно достичь удивительных результатов в оздоровлении. Ходить босиком можно где угодно: дома, на даче, в поле. Используйте песок, мелкие камешки, насыпанные в какие-нибудь лоточки, резиновые коврики, тапочки с пластмассовыми иголками. Возьмите палку диаметром 5–10 см, изрежьте ее так, чтобы она была ребристая и, смотря телевизор, одновременно катайте ее ногами — эффект будет потрясающий. Ежедневно делайте контрастные ножные ванны: в одном тазике горячая, в другом холодная вода. Ноги держать в них попеременно по 5–10 секунд, общее время 5–6 минут, по самочувствию. Заканчивать процедуру следует холодной водой. Такая процедура способствует снятию усталости, является хорошим тонизирующим средством при заболевании кровеносных сосудов, варикозном расширении вен, тромбофлебитах, атеросклерозе и т. п.

Следует обратить внимание вот еще на что. Чтобы выглядеть красивыми, женщины ходят на высоких каблуках.

С одной стороны, это хорошо, а с другой — плохо, и вот почему. Вы нарушаете основной закон жизни: гармонию, когда передняя группа мышц ноги растягивается, а задняя сжимается. Когда вы только начинаете ходить на каблуках, фигура выглядит так: колени согнуты, задняя часть таза ушла чуть вверх и назад, а корпус тела наклонен вперед. Передняя часть таза смещена вниз вместе с органами, произошло насилие над мышечным каркасом. Чтобы как-то компенсировать это состояние, походите по комнате на пятках или возьмите доску или лист фанеры размером 20х30 см, под один ее край подложите брусок, чтобы она была под углом, встаньте на нее босиком и походите на месте. Можете выполнять различные наклоны в стороны, вперед, приседания. Сидя на стуле, периодически снимайте напряжение с икроножных мышц, делая наклон стоп на себя, вращая их в разные стороны, — застоя крови в ногах не будет. Походите на пятках, боковых сторонах подошв, отожмите стопу и не отрывая пальцы от пола — походите.

Кожа и подкожная клетчатка. Немногие из вас знают, что кожа и подкожная клетчатка — самый большой орган человеческого тела, ее общая масса достигает 1/5 его части, площадь — 1,5–2 м². Кожа, нервы и вещество мозга развиваются из одного зародышевого листка. Вот почему в коже так много различных рецепторов: холодовых, тепловых, болевых, тактильных, барорецепторов и др. Здесь же находится выделительная система в виде потовых и сальных желез.

Кожа — это дыхание и кровообращение, где находится четверть всех сосудов (что составляет по некоторым данным около 100 тысяч километров). Замечено, кстати, что уже к 25 годам просвет капилляров уменьшается в два раза, а от него зависит «подвоз» необходимых для жизни клеток веществ и «отвоз» отработанных продуктов.

В норме кожа имеет кислую реакцию, куда входит секрет сальных, потовых желез, лизоцим, жирные кислоты и

другие вещества, благодаря которым она обезвреживает и уничтожает многие микробы. Кожа, благодаря своему строению — роговой слой, соединительная ткань, подкожная и жировая клетчатка — достаточно упруга, эластична и способна оказывать значительное сопротивление механическим давлениям, ушибам. Кожа задерживает небезопасные для организма инфракрасные лучи, а часть ультрафиолетовых лучей в определенном спектре проникает внутрь, стимулируя выработку в коже пигмента меланина, играющего определенную роль в обмене веществ.

Кожа и подкожная клетчатка — это лимфатическая система, наша канализация, от состояния которой зависит механическая и бактериостатическая защитная, иммунная система организма.

Кожа — это биологически активные точки, через которые воспринимается и передается информация, связывающая нас с Единым информационным полем Вселенной. Только воздействуя на меридиональные точки, можно корригировать состояние человека и добиваться выздоровления.

Как видим, кожа — орган, решающий многие проблемы, главная из которых — поддержание постоянства температуры тела независимо от внешней среды. Кожа это такой же мозг, только вынесенный наружу, и как же безобразно мы относимся к нему.

Если глаза являются зеркалом души, то кожа — это зеркало здоровья, один из основных его показателей. В частности, от преимущественно мясного питания тело, особенно ноги, неприятно пахнут, крахмалистая пища с большим количеством сахара и жиров - это прыщи, угри, фурункулы.

Зашлакованность организма в результате плохой работы желудочно-кишечного тракта способствует, как вы уже знаете, гнилостным и бродильным процессам и самоотравлению, что приводит к неприятному запаху изо рта,

пота. Различные кожные образования — бородавки, родинки, папилломы, экзема, псориаз и т. д. — это сигналы тела о внутренней грязи, которая ищет выхода в различных проявлениях.

Существует много способов закаливания: воздушные ванны (чем больше, тем лучше), умывание, обтирание, обливание, купание. Мы преклоняемся перед Порфирием Ивановым, который сделал так много для лечения и профилактики заболеваний с помощью обливания не только холодной водой, которая для организма представляет собой сильный стресс. Мало кто знает, что с помощью горячей воды можно закалить себя так же, как и холодной.

Удивителен мир увлеченных людей. Например, Константин Викторович Плеханов - племянник Георгия Валентиновича Плеханова, часто болел, но боялся холодной воды. Что он придумал, начал обтираться горячей водой, вначале руки, верхнюю часть, затем все тело, и очень скоро от простуды не осталось и следа. И когда он попробовал облиться холодной водой, ничего, кроме удовольствия, он не испытал. Действительно, человек больше адаптирован к холоду, ибо холодовых рецепторов у нас в 12 – 15 раз больше, чем тепловых. У нетренированного человека механизмы терморегуляции ослаблены, он как бы все время мерзнет, а это ведет к снижению и ослаблению иммунной системы и, в свою очередь, к активизации патогенной микрофлоры.

Что происходит при горячих обтираниях? Горячая вода тонким слоем ложась на кожу, тут же испаряется и уносит тепло. Чем выше температура воды и окружающего воздуха, тем интенсивнее идет процесс испарения и соответственно охлаждения кожи, организма, что стимулирует теплопродукцию, оказывая общетонизирующее действие, закаливание. Некоторые специалисты отмечают, что закаливающий эффект при горячих обтираниях идет даже быстрее, чем при холодных обливаниях. Хотя это и спорно, но процесс закаливания, как считает С. Шенкман,

идет с меньшим напряжением, стресса нет, ибо тепло всегда приятнее холода.

И еще. Мало кто задумывался над тем, почему люди тонут. Посмотрите внимательно, как ведут себя на пляже? Раздевшись, сразу же бросаются в воду, и один из ста не выныривает. Почему так происходит? Да потому что вода, будь то теплая или холодная, — это сильный стресс. раздражитель, когда натренированный организм не может сразу на него среагировать. В результате этого наступает резкий спазм сосудов мышц с плачевным результатом. То же самое происходит, только в меньшей степени, и при обливании холодной водой. Прежде чем начать применять водные процедуры, надо разогреть мышцы тела различными движениями, помассажировать их.

Наша оздоровительная практика позволяет сделать следующий вывод: закаливаться надо на контрастах, когда хорошо и тепловым и холодным рецепторам, а в целом всему организму.

Делается это так. Отрегулировав кран с горячей водой по самочувствию, вы больше к горячему крану не прикасаетесь. Обливайтесь такой водой 10–20 секунд, затем поверните кран с холодной водой на 10–20 секунд, верните его в исходное положение, опять пойдет теплая, горячая вода. Общее время обливания 5–8 минут. Начали с горячей воды, кончили прохладной (холодной). Постепенно увеличивайте долю холодной воды и через 2–3 недели используйте теплую и максимум холодной. По окончании приема душа налейте в кастрюлю теплую (горячую) воду и оболейтесь и, не успев высохнуть, сразу же оболейтесь холодной водой, что в принципе советует и П. Иванов. Особенно это важно для детей, ибо обливание их только холодной водой нежелательно. Работайте на контрастах. По окончании процедуры разотрите тело полотенцем. В дальнейшем обтираться не надо, тело само должно высохнуть, тренирующий и закаливающий эффекты будут более значительными.

Умывание сделайте не просто отдаванием должного обычной процедуре, а действенным средством закаливания. Уши — это те же стопы, куда проецируются все органы человеческого тела, поэтому при умывании не пожалейте нескольких минут, помассируйте их. Кстати, эта процедура усиливает кровоснабжение мозга. Можете умываться горячей (теплой) водой, но в конце оботрите и ополосните лицо холодной водой.

Особо следует остановиться на часто возникающих ангинах, воспалительных процессах миндалин. Если их защитная функция нарушена, то миндалины становятся входными воротами инфекции. Миндалины не такой уж маленький орган. Некоторые ученые считают их центральным органом иммунитета, общая их площадь достигает 300 см². Большинство людей легкомысленно относятся к ангинам, хотя известно, что они «кусают сердце» и «лижут суставы».

Артриты, ревмокардиты, заболевания почек, остеохондрозы – это все последствия ангин. Вот почему закаливание горла – это усиление всей иммунной системы, защитных сил организма.

Во время утреннего туалета не забывайте прополаскивать горло холодной водой, к которой постепенно приучайте себя.

На улице, в доме, особенно в холодную погоду, приучайтесь дышать носом. Некоторые считают, что воздух, проходя через носоглотку, помимо того что нагревается, дополнительно ионизируется, что улучшает его контакт с кровью.

Друзья ангин – курение, алкоголь. Хорошим укрепляющим средством для закаливания миндалин является ходьба босиком с последующим мытьем ног теплой и холодной водой. Особенно хороша прогулка босиком по утренней росе.

И наконец – *баня*. Влияние высокой температуры на организм человека огромно. Из предыдущего материала

вам стало ясно, что практически при любом заболевании наблюдается спазм сосудов, будь то зашлакованность в результате смешанного питания или углубленного дыхания или других причин, из-за которых происходит нарушение «подвоза» к клетке продуктов питания и «отвоза» отработанных шлаков. Это приводит к самоотравлению как самих тканей, так и организма в целом.

Стенокардия, инфаркт — это тоже спазм сосудов. Как снять этот спазм? Это можно делать с помощью раздельного питания, оптимального дыхания и, конечно, с помощью повышения температуры. На любой патологический процесс организм реагирует повышением температуры, которую мы по совету медицины немедленно снижаем с помощью жаропонижающих средств. Абсурд! Снижая нормальную реакцию организма на воздействие внешнего или внутреннего фактора, мы убиваем защитные силы, и организм не может самостоятельно бороться с болезнью, а химические вещества только помогают вогнать больного в могилу. Ведь, повышая температуру тела, организм мобилизует запасы энергии, сил, чтобы справиться с болезнью.

Например, Луи Пастер проводил такие эксперименты: прививал курам холеру и ноги одних опускал в холодную, других — в горячую воду. Куры, которых закаливали горячей водой, холерой не болели, а остальные куры все погибли. Повышение температуры — это усиление приспособительных реакций организма, активация обменных процессов. Если человек здоров, то периодическая баня (еженедельно) способствует поддержанию естественных защитных сил в постоянной «боевой» готовности, так как порог температурной чувствительности некоторого ряда болезнетворных микробов ниже температуры, которую в состоянии перенести клетки человеческого организма.

Есть данные, что повышение температуры тела в бане до 39 и более градусов способствует выздоровлению даже

при раковых заболеваниях. Но кожа выполняет свои функции, в том числе и иммунные, только тогда, когда она чистая. Известно, что кожа полностью меняет свой роговой слой за 9–12 дней. Ее клетки выполняют в то числе и бактерицидную функцию, и полное заживление ран на поверхности кожи происходит именно за это время.

Баня – это сильное воздействие на организм, поэтому к ней надо привыкать постепенно. Входить в парную лучше, помыв тело теплой водой и вытершись полотенцем. Кожа должна быть чуть влажной, немного распаренной. На голове шапочка, колпак. На полке, постелив полотенце, лучше лежать, и в течение 3–5 минут несколько раз перевернуться. Больше задерживаться нецелесообразно. Находясь в бане, громко не разговаривайте. Выйдя из парной, облейтесь прохладной, а в последующие разы холодной водой. Если есть возможность, можно походить босиком по снегу или поваляться в нем. Отдохните, попейте чаю с травами. Заходить в баню нужно не больше, чем на 5–8 минут и работать в ней контрастах, горячо – холодно; лучше большее количество раз зайти в баню на короткое время и облиться холодной водой, чем сидеть там долго. Некоторые перед заходом в баню обтираются солью, медом. Попробуйте, вам понравится. При последнем заходе по вашему телу должен пройтись веник.

Вода – это чистота, легкость, душевный комфорт, работоспособность, очистка организма от шлаков, улучшение водно-солевого обмена, работы почек, стимуляция иммунной системы, снятие энергоинформационного «мусора» с вашей ауры и подзарядка новой энергией. Это здоровье. Закалив систему терморегуляции, организм лучше адаптируется к температурным колебаниям, и теперь вам не страшны ни жара ни холод. Вы здоровы!

И последнее. Многие из вас предпочитают больше находиться дома, не выходить на улицу в свободное от работы время. Напомним вам об одном физическом явлении, [illegible] под названием «эффект Фарадея».

сего в следующем. Взяли два одинаковых горшка, землю, семена и посадили их. Но над одним горшком поставили металлическую сетку. В том горшке, над которым была сетка, семя проросло, но было хилым и не дало плодов, а в другом горшке все было в порядке. Это служит доказательством того, что находясь дома, в машине, в метро, мы изолированы от электромагнитных, космических и других излучений определенной частоты, что и делает нас больными. Вы не задумывались на тем, почему в закрытых помещениях спортсмены бегают, плавают, прыгают не с такими результатами, как на открытом воздухе? Работает все тот же эффект Фарадея. Вот почему при малейшей возможности надо выходить на улицу, бывать на открытом воздухе, так как наше здоровье в немалой степени зависит и от электромагнитных, магнитных и других излучений, которые составляют основу работы организма в целом. Одеваться лучше легко, а согреваться за счет движения, бега трусцой. Неплохо посидеть возле озера, глядя на ровную гладь воды. Она не только успокаивает, но и снимает напряжение с глаз. Кстати, дома вы можете повесить картину, где присутствует ее ровная поверхность (волны возбуждают), или налить воды в лоток и минут пять смотреть на воду, которую после этого надо обязательно вылить. Идет очень сильная подзарядка энергией, которая снимает напряжение, усталость. Оказывается, *здоровье находится не только в ваших руках, но и в движении, в использовании природных факторов тоже.*

РЕКОМЕНДАЦИИ

Несмотря на то, что в первой книге вы познакомились с разделом очистки организма, мы для большей убедительности еще раз подчеркнем важность и значимость очистки желудочно-кишечного тракта и дадим рекомендации по наиболее распространенным заболеваниям, таким как катаракта, глаукома, диабет, онкологические заболевания и др.

Наш более чем 10- летний опыт в народном целительстве позволяет сделать вывод, что организм — это совершенная саморегулирующаяся энергоинформационная система, в которой все взаимосвязано и взаимозависимо, а запас прочности всегда сильнее любого повреждающего фактора. Несмотря на уже большое количество направлений в традиционной народной медицине, *основополагающей причиной практически всех заболеваний является нарушение в работе желудочно-кишечного тракта.*

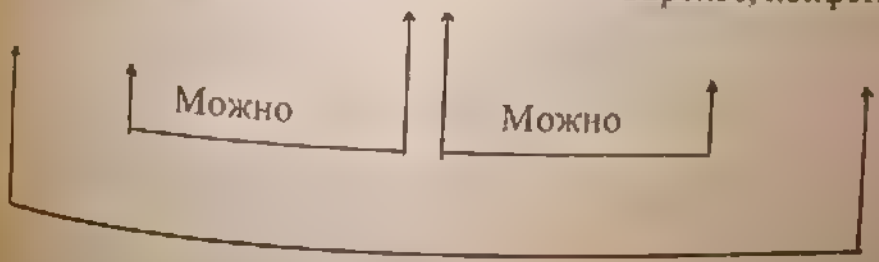
Это положение основывается на том, что в нем находится *3/4 всех элементов иммунной системы, здесь вырабатывается более 20 собственных гормонов, осуществляются сложнейшие биохимические, ферментативные и биоэнергетические реакции по переработке, синтезу, всасыванию необходимых организму веществ и выведению продуктов метаболизма, здесь находится брюшной мозг, от деятельности которого зависят все тонкие механизмы и его связи с головным мозгом как единой саморегулирующейся системой.*

Как показал опыт работы, при любом заболевании страдает какой-либо один из указанных процессов или все вместе взятые, не устранив которые практически невозможно вылечить больного. Благодаря очистке организма от шлаков и последующего разумного отношения к своему здоровью, мы приводим все органы в резонанс с заложенной Природой частотой, тем самым восстанавливая нарушенный баланс в энергоинформационных связях как внутри организма, так и с внешней средой. Иного пути нет.

Познакомьтесь со схемой раздельного питания.

СХЕМА РАЗДЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Белки	Растительная пища	Углеводы
Мясо, рыба, яйца молоко, бульоны (1-ю воду слить), бобовые, грибы, орехи, семечки.	Овощи, фрукты, соки Жиры	Хлеб (чем грубее, тем лучше), мучные изделия (чем меньше, тем лучше), крупы, картофель, сахар, варенье, конфеты, мед.



Как видно из схемы, продукты питания 1-й группы можно есть с продуктами группы 2-й, 3-й — со 2-й, но 1-ю группу нельзя смешивать с 3-й. После того, как вы приняли белковую пищу, углеводные продукты можно есть через 4–5 часов, а после углеводных — белковые через 3–4

часа. Растительную пищу принимать за 10–15 минут до приема белков или углеводов.

Вместе с тем отмечается, что долгожители не придерживаются каких-либо схем питания. Главной их особенностью является умеренность в пище и хорошее её пережевывание. Но если у вас есть какие-либо функциональные нарушения или заболевания, то необходимо соблюдать схемы раздельного питания, конечно, придерживаясь умеренности в пище и пережевывая пищу до исчезновения ее специфического запаха во рту.

Соотношение продуктов должно быть таким: белков, преимущественно растительных, 15–20 %, растительной пищи 50–60 %, углеводной — 30–35 %. С возрастом необходимо ограничить употребление животных белков: мяса или рыбы до 2–3 раз и яиц до 3–5 штук в неделю. Из пищи исключить жареное, жирное, копчености, молоко, очень соленое. Кисломолочные продукты желательно использовать отдельно от другой пищи. Ограничить или полностью исключить кондитерские изделия и хлебобулочные изделия из муки высокого помола (белые сорта). Что касается жиров, то их можно употреблять с любой группой пищи, но надо отдавать предпочтение топленому сливочному маслу и свиному салу. Растительное масло принимать только в свежем виде, при термической обработке оно теряет все, что там было полезного.

Еще раз напомним основные правила питания.

1. «Жить надо не для того, чтобы есть, а есть для того, чтобы жить» (Сократ).

2. Соотношение продуктов должно быть таким: растительной пищи 50–60 %, чем больше ее в сыром виде, тем лучше. Углеводной — 20–25 %, белковая — 15–20 %, с возрастом преимущественно растительная пища, жиры — 5–10 %, предпочтение отдать топлёному сливочному маслу, свиному салу, растительное масло только в свежем виде или семечки, орехи. В качестве приправы — различные уксусы.

Если хотите себе обеспечить здоровую «сладкую» жизнь, то употребляйте больше горечи (специи, пижма, крапива, полынь, лук , чеснок и др.).

Если хотите обеспечить себе болезни, «горькую» жизнь, то употребляйте сладкое.

3. Жидкость употребляется не позднее, чем за 10–15 минут до еды и через 1,5–2 часа после еды. После еды 2–3 глотками воды прополоскать рот или использовать жевательную резинку.

4. Растительную пищу (салаты, винегрет и т. п.) принимать за 8–10 минут до приема углеводной или белковой пищи.

5. Как правило, не смешивать углеводную пищу с белковой.

6. Пейте только талую воду.

7. Откажитесь от жареных блюд, жирных бульонов, пресного молока, искусственных и рафинированных продуктов (копчености, колбасы, кондитерские изделия, печенье, белый хлеб, сахар, соль в меру, соответственно до 30–40 и 3 граммов в сутки).

8. Пищу тщательно прожевывайте до того момента, когда исчезнет ее специфический вкус во рту. При этом процесс насыщения происходит быстрее, в результате чего вы в 2–3 раза съедаете меньше пищи. Зубы никогда не держите сжатыми, ибо челюсти – это те же электроды, которые при соединении замыкаются, коротят на тонком энергетическом уровне, что сказывается на деятельности мозга.

Если хотите жить долго, помните: «пища действует на организм гораздо более в зависимости от того, как мы едим, чем от того, каков ее состав». (Г. Флетчер.)

Если у вас нет времени (что для организма очень плохо), используйте раздельное питание, если хорошо прожевываете пищу, то большого вреда от смешанной пищи не будет, что показывают своей жизнью долгожители.

9. Не готовьте и не садитесь за стол в гневе, от съеденной в это время пищи проку мало. Будьте всегда в добром расположении духа.

10. Процесс переваривания – работа, требующая довольно больших усилий, поэтому после особенно обильной еды желательно 20–30 минут отдохнуть.

11. Принимать пищу не менее 3–4 раз в день понемногу. Лучше пропустить прием пищи, чем нагрузить желудок, который тоже должен отдыхать. Вечерний прием пищи не позднее 20 часов местного времени. На ночь можно выпить сок, кисломолочные продукты (кефир, простокваша), съесть фрукты.

12. Один раз в неделю делать разгрузочные (фруктовые, соковые) дни от 24 до 36 часов или голодать, принимая талую воду, урину.

13. Во время заболеваний до нормализации температуры ничего не есть, кроме воды, соков.

14. Съеденная пища должна быть компенсирована движениями.

15. Старайтесь делать так, чтобы свежеприготовленная пища была вся съедена. Повторный подогрев, или использование через несколько часов, делает её «мёртвой». Принимать пищу, жидкости в горячем виде нежелательно: их температура должна быть в пределах 22-38°С.

Доказано, что если вы нарушили указанные выше правила, то вы съедаете в 3–5 раз пищи больше, чем может переработать желудочно-кишечный тракт. Многие из вас, вероятно, обращали внимание, что несмотря на обилие наспех съеденной и недостаточно хорошо пережеванной пищи, когда кажется, что живот уже переполнен, — ощущения сытости нет. Запомните, что центр сытости в мозгу включается минимум через 15-20 минут после начала трапезы. Такая привычка приема пищи это начало выключения всего сложного механизма переработки, синтеза, складирования, доставки необходимых органам веществ и утилизации продуктов метаболизма

Подумайте, что для вас выгоднее, в 3–5 раз меньше кушать (какая экономия!) и быть здоровым, или постепенно (быстро) приобретать болезни, начало которых лежит в корневой системе (желудочно-кишечный тракт), что обеспечивает нормальное формирование кроны дерева, называемого Человек.

Переход на указанный режим питания занимает от 3 до 6 месяцев, в этот период вы начнете обретать здоровье.

Предлагаем вам ряд рекомендаций при наиболее распространенных заболеваниях (особенно в пожилом возрасте), таких как заболевания мужской и женской половой сферы, щитовидной железы, диабет и др.

Катаракта. Редко кого не минуют проблемы с глазами — катарактой и глаукомой, что, по данным официальной медицины, лечатся только оперативным путем. Эти заболевания связаны, в первую очередь, с зашлакованностью и последующим нарушением кровообращения и обмена жидкости в глазу. Конечно, мы начинаем беспокоиться о тех же глазах, когда уже случилось несчастье, а о его профилактике вообще не думаем. Чего стоит, например, такой простой способ, как ежедневный контрастный массаж глаз: прикладывать по 10–15 секунд полотенце с горячей и холодной водой минут 5? Давать отдых глазам, смотря на водную гладь озера, аквариума, даже на лоток с водой. Делать мягкий массаж с движениями глаз в разные стороны. Посмотреть в книгу и вдаль по 5–10 секунд минут 5. Утром смотреть на восход солнца, когда оно гаммой своих лучей (цветотерапия) восстанавливает нарушенные функции не только в глазах, но и во всем организме. Все это вы сможете найти в любом специальном издании. Если уж случилась с вами беда, то в первую очередь очистите кишечник, печень и используйте затем следующие рецепты.

— *Крутое яйцо разрезать вдоль, вынуть желток, осторожно промыть теплой водой, засыпать туда сахарную*

пудру. Другой половинкой закрыть и поставить в разогретую духовку на 30 минут. Сироп, который там образуется, слить в чистую бутылочку из-под пенициллина и закапывать в глаза по 2–3 капли 3 раза в день. Через 2 дня сделать новый сироп.

— Мед и кипяченая вода в соотношении 1:1, 1:2, 1:3 хорошо перемешать и закапывать в глаза в течение 3-х месяцев.

— Набрать дождевых червей (только не в июне, когда они размножаются и становятся ядовитыми), промыть и положить в стеклянную посуду, куда 1:1 насыпать сахарную пудру. Подержать на свету 2-3 дня, сверху образуется жидкость, содержащая интерферон, которую осторожно слить и закапывать по 1–2 капли 2–3 раза в день.

— 50 г сухой травы мокрицы (звездчатки) на 0,5 л водка, настоять 1 неделю, процедить, отжать. Сначала закапывать по 1–2 капли, разбавляя 1:1 с кипяченой водой, а затем не разбавляя 2 раза в день. Кстати, эта смесь хорошо помогает при заболеваниях щитовидной железы: принимать по 1 ч. л. 2–3 раза в день.

При катаракте неплохой эффект оказывает контрастное смачивание глаз попеременно по 1 минуте холодной водой (со льдом) и горячей (как можно большей температуры) при закрытых глазах, по 15-20 минут общего времени. Такая процедура оказывает особенно хорошее действие как профилактическое средство и при начальной форме болезни. Помимо этого, конечно, применяется гимнастика для глаз: смотреть вдаль, вблизи, вращение глаз, их массаж.

Взять 2–3 листочка алоэ не менее 3-летнего возраста, завернуть в бумагу и положить в холодильник на 10 дней. Затем выжать сок, профильтровать через 3 слоя марли, вылить во флакончик, добавить туда со спичечную головку мумиё, размешать и закапывать в глаз по 1-й капле один раз в день, а со 2-го месяца можно пользоваться чистым соком алоэ.

Глаукома. Очистка организма от шлаков и делать упражнения, которые приведены выше и что найдете сами. Помните, что через глаза идет 95 % информации, нагрузка на них огромна, а беречь этот орган никто не учит. Вы заметили, что дети японцев практически все ходят в очках? Нагрузка на органы зрения, особенно в детском возрасте тем же компьютером более 20–30 минут в день,— это начало изменения структуры глаза.

Еще раз повторим, что нормализации любых нарушений в глазах способствует такое упражнение: по утрам смотреть на восходящее солнце через смеженные веки или смотреть на зеленые, красные и желтые цвета или их сочетания.

При начальных формах глаукомы хорошо промывает самые глубокие ходы в клиновидной части черепа и слезных каналов — урина, которую втягивать носом с ладони.

В качестве средства профилактики и лечения глаукомы делайте следующее упражнение. Смотреть прямо, закрыв глаза и мягко касаясь глазных яблок, производите вибрирующие движения подушечками пальцев по 15 минут 2 раза в день.

Глаукома — это застойный процесс в глазах, обусловленный как общей зашлакованностью организма, атеросклеротическими изменениями в сосудистой системе глаза, слабостью венозного и лимфатического оттока, обусловленного органическими изменениями за счет органических изменений (сужений) в отверстиях костей глазных впадин, которые, дополнительно пережимая сосуды, затрудняют доставку необходимых веществ глазам и выведению шлаков.

Конъюнктивиты, ячмени. Эти довольно распространенные заболевания приносят довольно много неприятностей.

Вот некоторые рецепты для их лечения:

кашицу из огурцов, яблок приложить к глазам на 10–15 минут 2–3 раза в день.

— 1 ст. л. укропа на стакан крутого кипятка, настоять 15–20 минут. Делать примочки.

— 1 ст. л. календулы на стакан кипятка, настаивать 10–15 минут, делать примочки.

— 10 цветков шиповника на стакан воды, кипятить 10 минут, настаивать 1 час, процедить и делать примочки.

– 5 -6 цветков пижмы положить в рот и не жуя запить водой перед едой 2 раза в день.

- взять поровну волчанки и цветов васильков, 1 ст. л. на стакан воды, довести до кипения и сразу выключить, остудить, процедить и делать примочки.

— подорожник, 1 ст. л. на стакан кипятка, настоять 20–30 минут, процедить и промывать глаза.

— чабрец, 1 ст. л. на стакан кипятка, настоять 20–30 минут, процедить, делать примочки на глаза.

На заметку тем, кто страдает сахарным диабетом. Известно, что дикие гуси, в отличие от домашних, не болеют сахарным диабетом. Ученые задумались, почему так? Причина диабета лежит в неспособности поджелудочной железы вырабатывать инсулин, поэтому сахар попадает из крови в клетку в излишнем количестве. Но так как углеводы быстро разрушаются и запасы их в организме невелики, то дикий гусь не мог бы пролететь и нескольких километров. Оказывается, гуси перед полетом «жируют», накапливают жир (вероятно, как и все перелетные птицы), который, разлагаясь до конечного продукта – сахара, не требует инсулина. Проверили эту идею: у дикого гуся удалили поджелудочную железу, он остался жив, а домашний гусь от такой операции погиб. У больных диабетом как раз наблюдается преимущественно углеводный обмен. В то время как, например, чукчи, которые часами могут бежать рядом с партами и имеют явно выраженный жировой обмен, сахарным диабетом не болеют.

Еще раз повторяем, сахарный диабет не наследственное заболевание, родители могут передать вам только предрасположенность к нему, а вы уже сами, вернее, с

помощью тех же сердобольных родственников, помогает появиться диабету (обилие сладкой пищи, шоколад, изделия из муки высокого помола, молоко, исключение из рациона растительной пищи и др.).

Это грозное заболевание выходит на одно из первых мест от общей заболеваемости, что особенно опасно для детей. Диабет — это большая нагрузка на поджелудочную железу в основном за счет образа жизни: рафинированные продукты, белый хлеб, кондитерские изделия, мороженое, мясная, жирная пища, ограничение двигательной активности, моторики кишечника, смешанная пища, т. е. все то, что вы узнали из книги. Как правило, у детей развивается инсулинозависимый диабет, им сразу назначают инсулин. Жизнь ребенка становится не в радость, а в вечный страх за его жизнь. У взрослых, как правило, возникает инсулинонезависимый диабет.

Диабет уже диагностируется даже у грудных детей. В последнее время врачи обратили внимание на то, что у грудных детей, которым давали в прикорм коровье молоко, что требует выработки соответствующих антител, провоцируется развитие сахарного диабета. Объяснения тому пока нет, ибо лет 10–15 тому назад подобная картина не наблюдалась. Немалую роль здесь, возможно, играет комплекс факторов.

Наиболее критическое время для развития сахарного диабета у детей падает на период полового созревания. В этот период происходят большие гормональные изменения, требующие много сахара, и единственным органом, отвечающим за норму сахара в крови, является поджелудочная железа, и при нарушении режима питания, образа жизни она не может выдержать такого напряжения и «сломается», а уменьшение выработки инсулина — сахарный диабет, и сахар, не усваиваясь, выделяется с мочой: жажда, худение при «хорошем» питании, вялость, даже потеря сознания. Мы вас призываем не лечиться у случайных людей, разного рода экстрасенсов, они вам не

помогут. Даже введение бета-клеток не может излечить от этого грозного заболевания. Вместе с тем замечено, что те больные, которые научились преодолевать трудности, а любое страдание острит разум, добиваются больших успехов, становятся волевыми, целеустремленными людьми. Только не надо паники, а придерживаться рекомендаций, данных в книге и советов врачей-эндокринологов.

Запомните, ***вместе с печенью идет очистка и поджелудочной железы, так как они фактически работают в паре, и недостаток одного органа сказывается на другом.*** Вот некоторые рецепты, которые помогут вам в борьбе с **диабетом.**

Крапива. Промыть, в тенечке просушить, помешивая, измельчить и сложить в холщовый мешочек. Насыпать в 0,5 л бутылку наполовину и залить водкой, настоять 5–7 дней, процедить, отжать и принимать по 1 ст. ложке 3 раза перед едой.

Земляная груша (топинамбур), прекрасное средство нормализации работы желудочно-кишечного тракта, оказывает послабляющее действие, снижает сахар в крови. Есть в сыром виде как отдельно, так и с салатами по 1–3 груши средней величины ежедневно.

Черника, голубика, брусника, клюква обладают хорошими сахароснижающими свойствами из-за наличия в них миртилина. Можно использовать и их листья: на 1 л кипящей воды горсть листьев. Подержать 3 минуты, снять с огня, процедить, отжать и пить по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой.

Корень лопуха измельчить, створки фасоли, листья черники, брусники, клюквы, смородины (что будет) смешать все поровну. 3 стакана залить 3 стаканами кипятка, подержать в термосе 8–10 часов, прокипятить 5 минут, процедить, отжать и принимать по 2–3 столовые ложки 3 раза перед едой.

Корень одуванчика, лопуха по 3 части, крапива двудомная, плоды шиповника, верхняя часть цветущего овса по 4 части. Измельчить, смешать 2 ст. л. смеси в 0,5 л кипятка, томить 30 минут, затем подержать на малом огне 10 минут, процедить, принимать по 1/2 стакана после еды 2–3 раза. Замечено, что если крапиву принимать по 1 ст. ложке, никаких последствий не будет (она способствует свертыванию крови).

Не забудьте о клетчатке (капусте, горечах и др.), которая, нормализуя работу кишечника, оказывает лечебное действие при диабете, атеросклерозе, варикозном расширении вен, камнях в печени, почках, укрепляет защитные силы организма.

Лавровый лист, 15 штук, измельчить, залить 3 стаканами кипятка, настоять в термосе 3 часа. Если сахара до 12 единиц, то пить по 100 мл за 30–40 минут до еды 3 раза, если больше, то по 200 мл в течение 2–3 месяцев. Перерыв 1 месяц.

Утром и вечером пить по одному стакану кефира (простокваши) с 1–2 ст. ложками гречневой крупы за 30 минут до еды. Гречка является одной из круп, которая нормализует работу печени и поджелудочной железы из-за наличия в ней многих необходимых для организма важных элементов.

Листья земляники — легкое противодиабетическое средство. Во время сбора ягод срывать сильные, зеленые листья, разложить на бумаге и в тенечке посушить, растереть и сложить в стеклянную банку с плотной крышкой. 1–2 ст. ложки на стакан кипятка (20 г сушеных листьев), настоять 20 минут, процедить, отжать, пить маленькими глотками: помимо легкого сахаропонижающего действия оказывает мочегонный эффект, способствует выведению солей из организма, снижению кровяного давления, нормализует сердечный ритм при инфарктах, средство профилактики поваров, образования камней в печени, почках.

При употреблении острых трав: перца, крапивы, полыни, хмеля и других веществ, улучшается работа печени,

поджелудочной железы, слизистой желудочно-кишечного тракта, существенно снижается сахар в крови, устраняются последствия инфарктов (аритмии), инсультов.

Грецкие орехи, перегородка от 15–20 орехов, залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут. Дозу разделить на 3 части, которые выпить в течение дня.

Простатит, аденома. Основная причина этих заболеваний лежит в плохой работе желудочно-кишечного тракта, завалах в нем каловых масс, застойных явлениях в малом тазу. Поэтому никакое лечение вам не поможет, пока вы не очистите печень, не нормализуете работу кишечника, и не будете придерживаться рекомендованного режима питания. Постарайтесь использовать любой момент, чтобы делать следующие упражнения: сидя, лежа втягивать прямую кишку внутрь за один раз или с приобретением опыта ступенчато (задержать 3–5 секунд), и так же ступенчато расслабиться (можно использовать ректальный магнитотрон В. С. Патрасенко.). Научитесь сжимать только корень пениса, держать 3–5 секунд, расслабиться. Хорошо ежедневно делать контрастные компрессы в области промежности: полотенце, смоченное горячей водой, сменяется через 30–40 секунд на полотенце, смоченное холодной водой; вся процедура 5–8 минут. После акта дефекации обязателен туалет с холодной водой. Употреблять больше растительной пищи, особенно петрушки. Пить отвар из молодых листьев брусники или смородины, или обоих вместе (10–15 г на 0,5 л кипятка, после остывания пить по 0,5 стакана 3 раза в день). Отвар готовить только свежий.

Хорош отвар из ягод шиповника (2 ст. ложки измельченных ягод, 0,5 л кипяченой воды, кипятить 10 минут и настаивать в эмалированной кастрюле в течение суток, затем принимать по 0,5 стакана 2 раза в день после еды). Если шиповник будете настаивать 2–3 часа, тогда принимать отвар надо 3 раза в день.

Мы уже не говорим, что при заболеваниях предстательной железы необходимо бросить курить, а прием алкоголя ограничить до предела, и если пить, то только сухие вина.

При простатите, аденоме многие целители используют *керосин.* Сам по себе керосин не вреден, но лучше его пропустить через активированный уголь, что снижает уровень углеводорода, вредного для организма. Лучше всего принимать дистиллированный керосин. При температуре 100–150° С выпариваются вредные составляющие. Готовится дистиллированный керосин так. *Берется 1 л керосина в небольшой кастрюле, которая ставится на деревянный кружок в большую кастрюлю, заполненную водой. Закрывается перевернутой крышкой, в которую наливается холодная вода или кладется лед, чтобы процесс дистилляции шел активнее. Из 1 л керосина получают 350–400 мл дистиллированного, который будет плавать сверху воды. Принимать по 1–2 капли на стакан чая 2–3 раза в день в течение 4–5 недель. Или на 1/3 стакана теплой воды добавить по 1 ч. ложке меда и керосина. Принимать до еды по 1 ч. ложке 3 раза в день 4–5 недель.* Побочных явлений, кроме иногда возникающей рвоты после первых приемов, нет.

Кандидат географических наук знахарь М. П. Тодик предложил как универсальное средство *экстракт зеленого грецкого ореха с керосином под названием «Тодикамп».*

Исследования, проведенные А. Маленковым, позволяют рекомендовать этот препарат при заболеваниях мужской и женской половой сферы, артритах, атеросклерозе, пиелонефрите, гипертонии, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, шизофрении, онкологических заболеваниях, детском церебральном параличе и др. Возьмите *нарезанных зеленых грецких орехов, на 1/3 заполните бутылку (из-под шампанского) и залейте керосином. Настаивать 2 недели, принимать по 1 ч. ложке утром и вечером за 30 минут до еды, запивая водой.*

В апреле, когда сойдет сок, собрать кору с осины, желательно с тонких веток, высушить в духовке, измельчить, 100 г залить 200 мл водки и настоять в темном месте 2 недели. Процедить, отжать и принимать по 20 капель перед едой 3 раза в день. Капли лучше вливать в столовую ложку водки. В другое время кору осины брать по 150 гр.

Хвостовую часть 3–4 средних луковиц отрезать на 2–3 см, а одну луковицу разрезать на 4 части и положить в чашку, залить 200 мл растительного масла. Поставить на водяную баню и пропарить до 2,5 часов. Жидкость отжать через марлю и сделать микроклизму 100 мл, после чего посидеть на грелке 2 часа. Через 5 дней оставшуюся жидкость подогреть и снова сделать клизму (на ночь), что повторять до получения результата.

В 1-й день утром за 1 час до еды съедать луковицу средних размеров, ничем не запивая. На 2-й день — 0,5 стакана тыквенных семечек, подсушенных естественным способом, пропущенных через мясорубку вместе с кожурой, залить 0,5 стакана воды, съесть (выпить). На 3-й день съесть 0,5 стакана ядер грецких орехов, и так в течение 3-х месяцев чередуя лук, семечки, орехи.

Свежий лук — съедать как можно больше и подольше. У нас был такой случай в практике, когда больной за 1 месяц съел 3 кг лука, так все явления с предстательной железой прошли.

Тыквенные семечки — помять, освободить от шелухи и вместе с кожурой пропустить через мясорубку. 2–3 ч. ложки высыпать в 0,5 стакана воды, пленку, которая всплывет, убрать, а воду с семечками выпить. Это делайте сколько хотите. В тыквенных семечках находится цинк, без которого предстательная железа не может нормально функционировать.

20-25 гвоздичек (приправа) на 1 литр кипятка в эмалированной посуде держать ночь. Пить 10 дней по 0,5 стакана 4 раза в сутки за 30 минут до еды.

Ежедневно выполнять комплекс упражнений, указанных в рекомендациях.

Два рецепта из китайской медицины, **которые помогут восстановить половую потенцию.**

1. 0,5 кг лука мелко нарезать и пожарить на сливочном масле до румяной корочки, есть это блюдо за 2–3 часа до еды с черным хлебом.

2. Взять головку чеснока (2–3,5 см), каждую дольку очистить, разрезать вдоль на две части, положить в бутылку с широким горлом и залить 300 мл водки или спирта, разбавленного пополам с водой. Бутылка завертывается в темную бумагу и в темном месте (в шкафу) настаивается 3 дня. Затем настой процедить и держать в холодильнике. В районах Сибири такую настойку можно делать из лесного лука-черемши (колбы), но только надо при этом брать нижний ствол (он всегда белого цвета, остальное отрезается). Взять 50 г такой черемши, разрезать на дольки и еще пополам вдоль, также положить в 300 мл водки или разбавленного спирта. Мужчинам принимать по 30–35, а женщинам по 20–25 капель 3 раза в день перед едой.

Народный целитель инженер П. В. Шевченко предлагает следующую рецептуру лечения **онкологических** заболеваний. Исходные продукты: растительное масло, овощи, фрукты, водка. Дело в том, что в растительной пище, особенно свекле, много холина, который, распадаясь в организме, выделяет триметиламин, газ с запахом селедки, который очень токсичен и способствует распаду раковых клеток, прекращая в них синтез белка. В растительном масле, особенно льняном, много полиненасыщенных кислот, в частности линолиевой, являющейся пусковым механизмом для образования перекисного окисления липидов (жирных кислот мембран клеток), которая так же, как и соли калия, является катализатором роста клеток. В результате этой реакции образуются гидроперекиси, очень ядовитые соединения, при которых происходит

мощный выброс фотонов квантов света, разрушающих структуру раковых клеток.

Известно, что соли калия сами по себе вытесняют холин из клетки, но если растительное масло принимать вместе с водкой в соотношении 1:1, то в печени образуется калиевая соль уксусной кислоты (ацетат калия), которая, замедляя окислительно-восстановительные реакции, ускоряет образование гидроперекиси. При этом, конечно, страдают и здоровые клетки, которые ослабляются от применения химио- и радиотерапии (в этом одна из причин, почему раковых больных трудно лечить). В последнее время найдены гормоны клеток, так называемые простагландиды, в основе которых лежит та же линолиевая кислота. Так вот, в раковой клетке вырабатываются простагландиды А и Е, обладающие мощным иммунодепрессивным действием, снижающим активность и деление лейкоцитов, основных борцов иммунной системы. Иначе говоря, раковая клетка даже близко не подпускает к себе лейкоциты, которые поэтому ее и не «видят». Если принимать растительное масло вместе с водкой, то ионы калия, доставляя в клетку спирт, тем самым замедляют биохимические и энергетические реакции, ускоряя образование гидроперекиси. Все это происходит еще на фоне гликолиза, т. е. бескислородного расщепления глюкозы, при котором энергетический обмен идет с нарушением биохимических процессов и мембрана клетки становится как бы незащищенной, в связи с чем даже обычные вещества, вырабатываемые в организме, становятся для нее опасными. В первые 2–3 дня раковые клетки как бы жиреют и множатся, из-за чего возникают боли, затем они начинают погибать.

Необходимо взять 30 мл нерафинированного растительного масла (подсолнечного или льняного), добавить 30 мл водки, смешать. Пить за 15–30 минут до еды 3 раза в день. Курс лечения 10 дней, перерыв 5 дней. Таких курсов проводят от 3 до 5. После первых приемов смеси возможны

...ошнические расстройства (тошнота, редко рвота). В время лечения как можно больше есть свеклы в любом виде. По заключению Н. В. Шевченко и других, эффективность такого, кажется простого лекарства достаточно высока, попробуйте.

К сожалению, если больной начал принимать эту смесь, то это надо делать все время, только по 15 мл масла и 15 мл водки 1 раз в день.

В последнее время для лечения онкозаболеваний все чаще советуют принимать траву *болиголов*, его соцветия. ***Болиголов положить в банку доверху, залить водкой до краев. Емкость герметично закрыть, поставить в темное прохладное место на 18 дней. Процедить и держать в закрытой посуде, бутылке. Принимать утром натощак за час до еды, начиная с одной капли на 1/2 стакана воды и каждый день дозу увеличивать по одной капле и так до 40, затем снова возвратиться к одной капле. Перерыв 1–2 недели и так лечение повторить 2–3 раза.***

Надо запомнить следующие правила, наработанные народной медициной, которые должны соблюдать больные с онкологическими заболеваниями.

Придерживаться раздельного питания. Исключить из пищи копчености, жареное, жирное, соленое, мучные изделия высокого помола (белый хлеб и т.п.), кондитерские изделия, сахар, крепкий кофе, чай, табак.

Употреблять нежирные сорта мяса (вареное, тушеное), свиное сало, нерафинированное растительное, сливочное масло, крупы, обезжиренное молоко, кисломолочные продукты, простоквашу, кумыс, пахту, мацони, домашний сыр, яичные желтки, соевые продукты. Крупы не варят, а готовят, как вы узнали раньше из книги. Лук употреблять в любом виде, не забывать о чесноке. Из трав используйте настои из крапивы, полыни, пижмы: 1 ст. л. на 1 стакан кипятка, через 30 минут отжать и принимать по 1 ст. л. перед едой, можно вместе с 1 чайной ложкой меда.

При этом употреблять как можно больше растительной пищи — клетчатки, витаминов, макро- и микроэлементов, что содержится в проросших зернах, крупах, салатах, зеленых овощах, цитрусовых, абрикосовых, любые натуральные соки, особенно свекольные, морковные, яблочные, огуречные, цитрусовые или их сочетания. Если цитрусовых не будет, то можно использовать лимонную кислоту – 10–15 г на 0,5 л воды и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день перед едой, или по 1 ст. л. яблочного уксуса на стакан воды перед едой. Обратите внимание на недостаток йода, из-за чего организм испытывает недостаток кислорода, вызывающий излишнее брожение и гипоксию, что любят онкологические клетки (т. н. анаэробные условия). Больные, придерживающиеся такой диеты, достигали значительных результатов как в излечении, так особенно в качестве профилактического средства, ибо из-за избытка поступающих в организм органических кислот, витаминов, микроэлементов кислотно-щелочная реакция организма смещается в кислую сторону, что является губительным для больных и благоприятной средой для здоровых клеток.

Если вас постигло несчастье онкозаболевания, то воспользуйтесь журналом «Здоровый образ жизни», там очень много публикуют рецептов люди, которые излечились от различных форм рака.

Зацикленность нашей медицины на симптоматическом лечении различных заболеваний, в том числе онкологических больных (хирургия, химия, радиотерапия), лишний раз подтверждает косность мышления ученых, которые не могут отказаться от созданного ими узковедомственного подхода к лечению больных.

Разработанная нами оздоровительная система, включающая оригинальный способ ультрафиолетового облучения крови в сочетании с очисткой организма от шлаков, позволила еще в 1988 году на 4-м конгрессе по СПИДу в Стокгольме доложить о лечении СПИДа.

который до настоящего времени остался невостребованным, так как он не укладывается в общепринятую, но неэффективную систему.

Любая клетка — это самостоятельный организм, который имеет все необходимое для своей жизнедеятельности: систему дыхания, питания, выделения, энергоснабжения и т. п. Эти процессы должны проходить при нормальном обеспечении клетки кислородом, т. н. анаэробным дыханием, в том числе за счет образования и разложения перекиси водорода H_2O_2, как промежуточного этапа биоэнергетических процессов, происходящих в клетке и в лизосомах (помойные ведра), принимающих активное участие в деструкции продуктов метаболизма.

Перекись водорода — это сильный окислитель токсических веществ, процесс которого Фарр назвал «окислительной детоксикацией». Помимо устранения различного рода зашлакований, в том числе атеросклерозных бляшек, перекись водорода при разложении выделяет кислород, количество которого в крови может увеличиваться до 80%, что в свою очередь способствует нормализации кислотно-щелочного равновесия, и таким образом устраняет причину многих заболеваний (кислорода боятся, в частности, «раковые» клетки).

При недостатке кислорода (гипоксии клетки, причиной которой много) окислительно-восстановительные процессы в ней идут не до конца, и перекиси водорода вырабатывается мало или ее вообще нет, что приводит к закислению среды, зашлакиваемости, а затем к различным заболеваниям. Так, например, по данным Маалена, Флетчера при лейкозе образование перекиси водорода уменьшается до 70 %. Вот почему использование ультрафиолетового облучения крови, являющегося пусковым механизмом энергетики клетки, и добавление перекиси водорода как внутривенно, так и парэнтерально (прием через рот), оказывает нормализующий эффект практически на любой орган или систему.

Наш организм – совершенная машина, где все предусмотрено, например, если заболел какой-то орган и его «стационарные» клетки не справляются с проблемой, в том числе испытывают недостаток в перекиси водорода, то к ним подключается мобильная передвижная бригада клеток-киллеров, своего рода убийц всего того, что мешает нормальной жизнедеятельности клеток. Основная задача клеток киллеров (лимфоциты, фагоциты) заключается в уничтожении любой инфекции: паразитов, вирусов, бактерий, грибов, отмерших клеток. Так как у этих клеток напряженная работа, то они живут не очень долго, всего 2 недели, в то время как, например, эритроцит живет 4 месяца.

Перекись водорода принимает активное участие во всех биоэнергетических реакциях: белковом, углеводном, жировом, обменных процессах, образовании тепла в клетках, витаминов, минеральных солей, улучшает реологию (текучесть) крови, стимулирует иммунную систему, способствует нормализации кислотно-щелочного равновесия, утилизации сахара, тем самым облегчая работу инсулярного аппарата поджелудочной железы и многое другое. Вероятно, из-за простоты способа использования перекиси водорода для лечения различных заболеваний, о котором уже знали около 100 лет тому назад, он не получил должного признания. И хотя в литературе имеются сообщения о лечении практически всех заболеваний с помощью внутривенного или парэнтерального введения перекиси водорода в сочетании с ультрафиолетовым облучением крови (Уильям Дуглас, 1986 г.), предлагаемый нами способ является более простым и эффективным. Использование ультрафиолетового облучения вместе с перекисью водорода делает излишним применение такого дорогостоящего способа, как гипербарическая оксигенация, проводимая в барокамере.

В разработанном нами устройстве для ультрафиолетового облучения (И.И. Кондратьев, В.А. Ильин), по

сравнению с аналогичными приборами, соотношение между потоком биожидкости (кровь, плазма, лимфа и др.) и облучением выбрано оптимальным и решено конструктивно.

Рассматривая организм как целостную систему, в которой все взаимосвязано, и проведя указанные мероприятия, наряду с очисткой организма от шлаков, можно добиться поразительных результатов. Единственно, чего при этом не хватает — заинтересованности государственной системы здравоохранения во внедрении предлагаемой системы, что приведет к переориентации многих направлений в медицине (кроме хирургии, реанимации).

Главным остается тот факт, что человек в первую очередь сам должен быть заинтересован в здоровье, конечно, при поддержке государства в социальной, экономической, правовой защите.

Фибромиома. Заболевание матки, женских половых органов вызывает множество причин. Но по нашему мнению, основными причинами являются: аборты, нарушения гормональной сферы, перегулярная половая жизнь и отсутствие ее в более пожилом возрасте, застойные явления в малом тазу, запоры, зашлакованность кишечника. При ослаблении иммунной системы, как правило, активируется патогенная микробная флора. Достаточно провести очистку и нормализовать его работу, также печени, и провести ряд процедур, как миома, фибромиома, как и более поздние их стадии, мастопатия регрессируют.

Вот несколько рецептов народных целителей.

Несмотря на то, что мы вам обещали дать рецепты, которые есть на огороде, это несколько сложновато, но ингредиенты у вас найдутся.

— ***Взять по 50 г тысячелистника, шиповника, сосновых почек (март, апрель), майской полыни, зверобоя, по 200 г чаги, сока алоэ, коньяка или спирта и 500 г меда. Алоэ приготовить заранее за 12 дней, пропустить через***

мясорубку (алоэ не меньше 3-х лет), отжать, чтобы получилось 200 г сока, поставить в холодильник. Чагу измельчить молотком, травы мелко порезать и все компоненты положить в эмалированную посуду, залить 3 литрами остуженной кипяченой воды и на медленном огне греть в течение 2 часов, не допуская кипения. Как только состав сильно нагреется, снять с огня, потом снова поставить. Затем укутать в одеяло, шубу и поставить на 30 часов в теплое место, затем процедить, добавить мед, коньяк и алоэ и на 3 дня поставить в темное место. Принимать: первые 6 дней по 1 ч. л. за полчаса до еды, затем по 1 ст. л., и такой курс — 3 недели. Максимальный — 3 месяца. Первое время могут быть боли внизу живота, они преходящие.

— Огуречная ботва. Одну столовую ложку нарезанной огуречной ботвы залить 3 стаканами воды, кипятить 5 минут, настоять 2 часа, процедить и по 1 стакану в день пить мелкими глотками 3 дня. Перерыв 10 дней и снова такой же прием. Общее время 3–6 месяцев.

— Чистотел. Настойку пить по 1 ч. л. на стакан воды, или 1 ст. л. сухого чистотела на стакан кипятка, протомить 5–10 минут, процедить и пить напощак по 1 ст. л. на стакан воды. Делать микроклизмы с теплым раствором 1 ч. л. чистотела на 100 мл воды. Вначале 1 ч. л., затем 1 десертная, а из сухого — 1–2 ст. ложки настоя.

Упражнение: ходьба на ягодицах, более лучшего методы устранения застойных явлений при заболеваниях женской и мужской половой сферы, застоях в малом тазе, запорах, геморрое, снижении тонуса кишечника мы не знаем.

При фибромиоме также хорош следующий рецепт:

***1 стакан скорлупы кедрового ореха** залить 0,5 литра водки, настаивать 7 дней в теплом, темном месте, каждый день встряхивая, процедить, принимать по десертной ложке 2–3 раза в день. Перерыв 7 дней — уже по 1 столовой ложке, и так 6 курсов. Скорлупу можно использовать повторно, только настаивать надо 3 недели.*

При миомах, фибромиомах также используйте другие рецепты, рекомендуемые при онкологических заболеваниях.

Климакс. Как избавиться от приливов. *80–100 г пшеницы замочить на сутки (вода должна покрывать зерна), накрыть бумажной салфеткой, слить воду, промыть зерна теплой водой, подержать часов 8–10. Зерна прорастут, те, которые не взошли, больные выбросить, еще раз промыть, пропустить через мясорубку, залить горячей водой, добавить 1 ч. л. меда и сливочного масла, перемешать, остудить. Это ваш завтрак в течение 1–2 месяцев. До обеда ничего не есть, не пить. Уже через 1–2 недели почувствуете результат.*

Одна из важных проблем в состоянии здоровья связана с **щитовидной железой**. Щитовидная железа — это пусковой механизм эмоциональной сферы, регулировка нормального развития клеток, роста человека, его интеллекта. Недостаток выработки гормона щитовидной железы — тироксина — умственная отсталость, нарушение мозгового кровообращения, глухонемота, карликовый рост, невроз, повышение кровяного давления, учащенный стул, нарушения сна и т. д. И все это связано с недостатком йода, и если раньше это в какой-то мере компенсировалось с помощью йодированной соли, то сейчас это стало проблемой. А вода — источник нашей жизни — практически его не содержит или содержит недостаточное количество. Йода много в морских продуктах: морская капуста, окунь, треска, креветки содержат до 40 микрограмм йода, фасоль — 12,1, соя — 6,2, молочные продукты — 16, яйцо — 20, мясо — 5–8. Но главное, что необходимо знать больному с щитовидной железой, что йод в нее поступает из желудочно-кишечного тракта, печени, которые практически у всех людей, придерживающихся смешанного питания, не могут нормально перерабатывать и синтезировать необходимые организму вещества, в том числе йод. Недостаток в организме йода

проверяется так. Возьмите спичку за конец, намотайте немного ваты, смочите ее йодом и на животе сделайте сетку. Если в течение 10 часов и более она сохранилась, то йода достаточно. Чем быстрее она исчезнет, тем хуже ваше состояние. Официальная медицина обычно назначает препараты йода. К сожалению, йод не может быть заменен никаким другим элементом, а его отсутствие несовместимо с жизнью. Около 90 % йода мы получаем с растительной пищей, и чем она острее, тем больше там йода: крапива, полынь, пижма, кинза, сельдерей, укроп, морские продукты и др.

Некоторые люди плохо переносят прием 5 или 10 % йода (по 1 капле в день). Поэтому предпочтительно принимать т. н. синий йод.

Готовят его так. *В 50 мл кипяченой воды размешать 1 ч. л. крахмала, 1 ч. л. сахара, 0,4 г лимонной кислоты или немного лимонного сока (это нужно для того, чтобы синий йод сохранялся до 10–12 дней, в противном случае срок его годности составляет всего 2 дня). Вскипятить 150 мл воды и туда, все время помешивая, влить смесь, охладить до 50–60°С и добавить помешивая 1 ч. л. 5 % йода, получится синий йод. Принимать надо с 1 ч. л., затем довести до 3–5, контроль проводить по йодовой сетке.*

Диффузный зоб. *3–4 шляпки красного мухомора на 0,5 л водки, настаивать 3 дня, периодически встряхивая, процедить и пить по 1 ч. л. 2–3 раза в день перед едой, запивая водой.* Мухомор — это также профилактика и лечение онкологических заболеваний. Можно натирать настойкой область щитовидной железы. Надо выпить не менее 1/3 бутылки. В меню добавьте мокрицу в сыром и сухом виде, грецкие орехи, плоды абрикоса, винограда, курагу, изюм. **При зобе хорош** следующий рецепт. *Взять 200 г меда, по 200 г грецких орехов и гречневой крупы, смолоть на кофемолке, все перемешать, съесть в течение суток. Через 3 дня такую же смесь съесть по 1-2 ст.л. 2 раза в день уже в течение 9 дней. И еще раз через 3 дня все это*

повторить. Смесь держать внизу холодильника. Повторный курс через 3–6 месяцев.

Сейчас многие обзавелись домашними животными: кошками, собаками, не отдавая себе отчета, что помимо полезного, что дают (снятие стресса, возможность лишний раз побыть на воздухе и т. п.), они несут опасность. Беда связана с наличием в них и мясе различного рода гельминтов: острицы, аскариды, власоглавы, токсокарроз, прионы, трихинеллы, эхинококки, бычьи солитеры и др.

Вы знали такого артиста, как Крамаров, который любил поесть бифштекс с кровинкой. Мы его не раз предупреждали об опасности такой пищи. Но поселившись в Америке, он продолжал это делать. Вдруг резкое повышение температуры, его начали лечить антибиотиками и на 5-й день он умер. Только на вскрытии обнаружилось, что у него нет мозга, его съели прионы, которые вызывают бешенство у коров, читали об этом? К нам на прием привели мальчика, с которым обошли многих врачей, экстрасенсов, но он продолжал худеть, бледнеть, быстро уставал. При осмотре заметили слюнотечение изо рта и вздутый живот. На вопрос, сдавали ли анализ на яйца глистов, мать ответила да, но ничего не нашли, а неделю назад вышел глист длиною до 15 см. Провели ему лечение и, о боже, вышло более кг аскарид и каких-то других тварей. А тот же токсокарроз, который есть у каждой собаки независимо от породы, и яйца которого на детских площадках находят от 30 до 80 штук на 1 кв. м? Вас это не пугает? У собак может быть незначительное расстройство кишечника, и все. А у детей, при благоприятных обстоятельствах для глистов (заболеваемость, снижение иммунной системы, ослабление организма), они поселяются в легких, возникают симптомы как при воспалениях легких, естественно — лечение антибиотиками, т. к. температура достигает 40°С. И только на вскрытии обнаруживается, что причина воспаления — глисты

токсокароза. Оказывается, у таких детей дома имеются животные или они соприкасаются с ними.

Воспользуйтесь рецептами, которые есть у народных целителей для изгнания глистов.

— ***80 мл хорошего коньяка и 80 мл касторового масла (детям до 5 лет по 20 мл, до 10 — по 40, до 15 — по 60 мл) выпить залпом.*** Почему залпом? Это довольно неприятная смесь, вторую, пожалуй, и не выпьете сразу. Чувства опьянения нет, живот не слабит и не болит, но на следующий день стул будет жидкий. Посмотрите, что там выйдет. Как ни трудно, но эту процедуру надо сделать три раза подряд один раз в день на ночь, для гарантии хорошего результата. Лучше в смесь добавить кефира и она пьется легко.

— ***Вечером легкий вегетарианский ужин. В 2 часа ночи выпить детям 2 ст. л. коньяка, разведенного сладким чаем 1:1, взрослым 3–5 ст. л. и больше. Через 30–40 минут принять детям — 1, а взрослым — 2–3 таблетки пургена, слабительного. Первые 2–3 ночи может ничего не выйти, но потом паразиты посыплются как горох. После 5 процедур перерыв 10 дней и еще 5 дней подряд принимать коньяк со сладким чаем и пургеном. Затем еще раз через неделю.*** Дело в том, что ночью, натощак эти паразиты выходят из печени и других мест в кишечник «покушать», с удовольствием едят сладкое и пьянеют, тем самым отцепляются от стенок и в кишечнике остаются свободными. Пурген делает свое дело — выбрасывает их вон. Проводите эти процедуры 1–2 раза в год в качестве профилактики, а если что случится с животом, и лечения.

По данным зарубежной печати, в настоящее время появились сообщения, что глистная инвазия и другие паразиты являются первоосновой онкологических заболеваний, что подтверждает выдвинутую Т.Я. Свищёвой паразитарную теорию, лежащую в основе инфаркта, инсульта, онкологии.

Удивителен мир увлеченных людей. Так, врач Гавриил Андреевич Капустин, будучи инвалидом и устав болеть (облитерирующий эндоартериит, трофическая язва ног и др.), предложил оригинальный метод лечения. В 50-х годах модно было течение пересадки тканей различных органов, что должно было стимулировать иммунную систему и ускорять процессы выздоровления. Однако из-за того, что ткани предварительно обрабатывались в автоклаве, хлорамине, все живое там убивалось, и этот метод так и не вышел из стадии эксперимента. Врач Р.А. Капустин решил для этих целей взять свежеснесенное яйцо до 2–3 часов (вчерашнее уже не годится) курицы, живущей с петухом (деревенское), и в котором есть все необходимое для развития живого существа. Предложенную методику он применил в первую очередь на самом себе, став здоровым, а затем на других больных с различными заболеваниями (нарушение обменных процессов, слоновость, опухоли различных органов, заболевания сердечно-сосудистой, нервной, дыхательной системы, желудочно-кишечного тракта, женской, мужской половой сфер, органов слуха, зрения).

Эта методика своего рода неспецифическое, универсальное средство. Вот его рецептура.

Берется свежее куриное яйцо. Руки обрабатываются как перед операцией: а это и есть малая хирургическая операция, — мылом, спиртом, яйцо тоже. Стерильным шпателем разбивается скорлупа и содержимое яйца помещается в стерильный стакан, в котором шпателем (стеклянной палочкой) все тщательно размешивается. После этого туда добавляется 150 мл физиологического раствора, конечно стерильного, приготовленного в аптеке, и снова размешивается до однородной массы, напоминающей молоко желтоватого цвета. В соответствии с указанной дозировкой смесь стерильным шприцем вводится в среднюю треть наружной стороны бедра, которая перед инъекцией обрабатывается спиртом. После укола

обработка спиртом и сухая повязка. Смесь употреблять максимум через 2 часа после приготовления, лучше сразу, соблюдая стерильные условия содержания смеси. Одной порции достаточно для лечения 15–20 больных .

Дозировка: летям до 1 года - 0,5; от 1 до 2 лет — 1,0; от 2 до 4 лет — 1, 5; от 4 до 6 лет — 2,0; от 6 до 8 лет — 3,0; от 8 до 10 лет — 3,5; от 10 до 12 лет — 4,0; старше 12 лет — 4,5; после 18 лет 5,0 мл.

При соблюдении указанной методики каких-либо осложнений, нагноения автор не наблюдал. В 1954 году этот метод рассматривался в МЗ СССР и, вероятно из-за его простоты, с течением времени канул в небытие.

При использовании этого метода надо помнить о сальмонеллезе, и эту процедуру надо делать, находясь вблизи естественных птицеферм (хозяйств).

ОТЗЫВЫ БОЛЬНЫХ

«Уважаемый Иван Павлович! Около десяти лет страдаю болями в пояснице, а два года назад появилась скованность во всем позвоночнике, непроходящие головные боли. Исходила многих врачей, в том числе и специалистов мануальной терапии. За это время ухудшилась работа сердца, часты стали перебои, дали 2-ю группу инвалидности. И вот по рекомендации своей знакомой попала к Вам. Уже после 3-го массажа боли в позвоночнике прошли, стала ясной голова, сердце работает хорошо. Появилась легкость в ногах, улучшился сон. Большое спасибо Вам за мастерство и доброе отношение к больным, что сейчас так редко встретишь среди врачей.

Быстрова Н. А., Москва.

«Дорогой Иван Павлович! Я сама медицинский работник—врач, но страдаю многими болезнями. Познакомившись

с принципами Вашего лечения, диву даешься, до какой степени все это просто и доступно. Лишний раз убеждаешься, насколько мы, врачи, еще безграмотны, и мне стыдно в этом признаться. Очень хочется, чтобы Ваши методы как можно быстрее нашли дорогу в медицину, напишите об этом более подробную книгу. Преклоняюсь перед Вашим умением находить общий язык с больным и убедительностью советов. Впервые воочию убедилась в наличии сглаза у человека, в его снятии или, как Вы это называете, в коррекции биополя. Желаю Вам успеха, упорства в достижении цели. Вы стали для меня примером в медицине.

С уважением, Л. С. Вихрова, Москва».

«Дорогой Иван Павлович! Примите мою огромную благодарность за лечение. Страдаю женскими болезнями много лет (миома 8—9 недель) и еще рядом сопутствующих хвороб. После Вашего лечения миома исчезла, об остальных болезнях я забыла.

Врачи поставили диагноз: здорова, и не верят, что вылечилась без лекарств. Здоровья и успеха Вам в деле оздоровления людей.

С. А. Соколова, Москва».

«Дорогие наши кудесники! Мы Вам звонили, теперь пишем, что после 9 лет замужества, во время которого делали все, чтобы у нас были дети, у нас родился сын. И все благодаря Вам, Иван Павлович и Людмила Степановна. На удивление всех врачей, роды прошли быстро, никаких разрывов не было, а мне ведь уже 32 года. Сын растет, никаких забот с ним нет — спит крепко, опрелостей нет, всегда спокоен, веселый. Мы с Романом благодарим судьбу за то, что Вы есть на Земле.

Лымарева Л., Волгоград».

«18 лет жизни в браке, когда, кажется, есть все, о чем только можно мечтать, но нет ребенка, это чувство неполноты трудно передать словами. Ожидание, надежда, кажется, все осталось позади, ибо мои обращения к гинекологам районного масштаба до ведущих специалистов как в нашей стране, так и за рубежом, были безрезультатны. И вот мне подвернулось счастье встретиться с удивительными врачами-целителями Неумывакиными Иваном Павловичем и Людмилой Степановной. Ребенок родился! Оказалось все просто, как все гениальное, провели очистку организма, мануальную терапию, восстановили нарушенное биополе, сделали ультрафиолетовое облучение крови. Не надо было никуда ездить на к каким светилам Запада, платить им большие деньги — все разработано и апробировано у нас, в России, академиком Неумывакиным. Жаль только, что эта система не получила широкого распространения, вот чем надо заниматься Министерству здравоохранения России. Помимо лечения эти уникальные целители учат быть грамотными в отношении своего здоровья, самосовершенствования.

Сейчас Иван Павлович и Людмила Степановна стали для моей семьи самыми близкими, родными людьми, ибо дарить счастье другим—это ли не высшее предназначение человека на Земле. Желаю Вам счастья и здоровья.

Н. О. Федяева, Москва».

«Я, Дудина Дина Павловна, проболела вирусным гепатитом 31 год. Какие бы лекарства ни принимала, всегда чувствовала тяжесть в подреберье, общее недомогание, быструю усталость. Сейчас провела лечение ультрафиолетовым светом с использованием аппарата «Гелиос-», предложенного академиком Иваном Павловичем Неумывакиным, который и посоветовал его применить. Уже после 5 сеансов почувствовала себя намного лучше, даже цвет лица из серого изменился на более живой, розовый.

Появилась бодрость, усталости нет. Где Вы были раньше, Иван Павлович, ведь сколько таких больных по России, которых никто не умеет лечить, а если лечат, то только лекарствами, от которых нет толку? Особенно в таких методах нуждаются люди, живущие на Севере, где ультрафиолетовых лучей и так не хватает. Громадное спасибо за то, что Вы придумали такой способ, сделайте так, чтобы он появился в каждой больнице.

г. Печора».

«В жизни мы всегда стремимся искать необходимое для себя где-то далеко, думая, что только там оно и может быть. Сколько живешь, столько и удивляешься — все находится рядом. Так случилось и со мною. Высокое положение, спецобеспечение, включая и заграницу, но к 50 годам навалилась беспричинная усталость, снизилась работоспособность, потенция, стало пошаливать сердце, прыгать кровяное давление. В течение 3-х лет усиленное внимание врачей, медикаменты, курорты давали кратковременный эффект, но в общем ухудшение шло по нарастающей.

Случайно узнал о Иване Павловиче Неумывакине. Каково же было мое изумление, когда он за 15 минут не только сказал мне чем я болен (не задавая мне ни одного вопроса), но и объяснил мне причину моего состояния, о чем мне не говорил ни один врач, а это т. н. медицинская элита.

Людмила Степановна провела очистку за 2 дня, сделали ультрафиолетовое облучение за 8 дней, и вот прошло 3 недели реабилитационного периода, чтобы сказать, что я почувствовал себя как в 30 лет. Несмотря на довольно напряженное психологическое состояние, у меня спал тяжелый груз усталости, проблем с сердцем почему-то нет, и главное восстановилась потенция, из-за чего я не только воспрял духом, но и преобразилась моя жена. Вот я ее привел к Вам, чтобы с ней сделали то же, что сделали

со мной. В сравнении начинаешь понимать, что современная медицина, работая по шаблону, не ставит задачу вылечить больного, а только привязать к себе, создавая видимость заботы о человеке. Я пришел к выводу, что врачам надо платить не за больного и их количество, а за то, чтобы сделать их здоровыми.

Вот где непочатый край для перестройки, основу которой уже заложили народные целители, врачи с большой буквы Неумывакины Иван Павлович и Людмила Степановна.

Крепкого Вам здоровья и быстрейшего создания своей клиники.

Юров Д., г. Москва.»

«Сколько себя помню, всю жизнь была в спорте: с 3 лет акробатика, балет, цирк. Достаточно сказать, что стоять на пальцах ног без пуантов никто до меня и до сих пор не может. Не зря говорят, что от физкультуры до спорта, и от него до инвалидности один шаг. Так случилось и со мною. В результате бесконечных травм дискогенный радикулит, спондилез, остеохондроз, миозит, смещение дисков и многое другое. Медицина предлагала только операции. Познакомилась с Дикулем, Башкировым. Дай Бог здоровья Владимиру Федоровичу, который задумался, повел своими густыми бровями и сказал — обойдемся без операции. Я прошла все: голодание от 1 до 20 дней, весь набор рекомендаций Шаталовой Г.С., с которой хорошо знакома и люблю ее. Нет, наверное, ни одной книги народных целителей по питанию, которые я бы не прочитала. Но должна сказать, что из всех целителей, которые близки мне по проверенным мною подходам к сохранению и методам оздоровления, являются методики, предложенные Неумывакиными Иваном Павловичем и Людмилой Степановной. В сконцентрированном виде, а не разбросанно, как у других, книге «Здоровье в ваших

руках» дано все, что нужно знать: раздельное питание, дыхание, очистка от шлаков, коррекция позвоночного столба, активный образ жизни ближе к природе, контрастное обливание, умеренность и постоянство в движениях и многое другое. Знакомство и беседы с четой Неумывакиных только укрепили меня в моем видении, как быть здоровым независимо от специальности, что потребовало от меня долгого и трудного пути. Что еще надо сделать в России, чтобы таких врачей было больше? Надеюсь, что этому будет способствовать пробуждение сознания российского народа и убежденность, что его здоровье находится в собственных руках, а рекомендации, которые дают врачи от Бога Иван Павлович и Людмила Степановна, сократят путь к приобретению здоровья, и вы сами создадите условия для долголетия.

Здоровья Вам самим.

Заслуженная артистка России Т. Лязгина, г. Москва».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

С переходом страны на рыночные отношения, когда границы государства стали относительно свободными, в Россию пошел поток различных средств, которыми Запад уже перенасытился. Что касается здоровья, то нас захлестнула реклама в различных средствах массовой информации, будь-то жвачка, лекарственные средства, пищевые, витаминные добавки. При этом обещают вам практически мгновенное исцеление и превращение в прекрасного лебедя, не потратив на это никаких собственных усилий, а ведя образ жизни в свое удовольствие. Так не бывает, в народе не зря говорят, что «без труда не выловишь и рыбку из пруда». Неужели вам не приходила мысль, что при этом, в большинстве случаев, ставят не на ваше здоровье, а на обогащение собственного кармана? Когда один из авторов книги в одной из телевизионных программ рассказал, что такое «Гербалайф» и который может назначаться только врачом по показаниям, и что он не разрешен к применению не только в России, как на него обрушился поток угроз, который удалось погасить уже официальным сообщением по тому же телевидению. Сама по себе идея создания биологически активных веществ, витаминных добавок правильна, ибо благодаря социальным, экономическим, личностным и другим факторам, отдаляясь и нарушая Законы Природы, мы создали искусственную среду обитания, в чем причина появления заболеваний, ранее не известных и более злокачественных известных. Парадокс нашей жизни заключается в

том, что вместо того, чтобы создать условия гармонизации между внешней и внутренней средой организма, мы опять таки пытаемся искусственно смоделировать «нормальные» условия протекания сложных процессов жизнедеятельности на клеточном, органном и организменном уровне. В нормально работающем организме, в принципе, биологически активные добавки не нужны, кроме экстремальных ситуаций, например болезни, ибо в нем все должно быть сбалансировано по минеральному, витаминному, аминокислотному составу, что достигается за счет разнообразного питания и активного образа жизни. *Наш организм это сложная самодостаточная, само-воспроизводящая, саморегулирующаяся система, каждая из составных частей которой, будь-то ферментативная, гормональная и др., должна постоянно трудиться.* Не зря говорят, что функция рождает орган, а без тренировки любой орган угасает, теряет свои функции. Организм — это непрерывно действующее производство, где нет «складов», где имеется только ограниченный запас (гликоген, жир) для экстремальных ситуаций, а все остальное должно постоянно поступать, утилизироваться и обновляться. Нарушение какого-либо одного процесса приводит к нарушению в работе системы, заболеванию.

Вспоминается случай из практики освоения космического пространства человеком. С.П. Королев серьезно ставил вопрос о полетах в недалеком будущем к другим планетам, в связи с чем начали рассматривать различные аспекты пребывания в них человека. Конструкторы поставили вопрос о значительной экономии веса корабля за счет питания космонавтов, ограничив его таблетками. Когда все просчитали, то стало ясно, что у человека постепенно атрофируется ряд систем (известно, что уже сейчас около 100 ферментов стали не нужными, а около 50 компонентов, в том числе витаминов, аминокислот, не поступают в организм из-за того, что он не может самостоятельно их синтезировать), и поэтому он просто оттуда

не вернется. Вот почему С.П. Королев сказал, что ущемлять интересы человека нельзя, надо находить оптимальные варианты. В связи с этим в состав «команды» космических кораблей были включены автотрофные продукты (растительные, вырабатываемые космическими оранжереями) и гетеротрофные (животные – перепелки, коза). За свою тысячелетнюю историю человек и так довольно значительно деградировал, превратившись из всеядного животного, когда он мог есть сырое мясо, и перешел на современную пищу: вареную, жареную, консервированную, рафинированную, что потребовало значительной перестройки всей внутренней среды организма. Вы думаете, что это благо для организма? Удовольствие от такого обилия запахов, сочетания несочетаемых продуктов хорошо чисто внешне, а каково организму справиться с этой лавиной постоянно не до конца перевариваемой пищи, что приводит к загрязнению внутренней среды и в первую очередь желудочно-кишечного тракта и соединительно-тканных структур, что в общем составляет около 90 % его массы. На таком фоне биологически активные и витаминные добавки, конечно, помогут. Но как быть, например, когда 10 выкуренных сигарет полностью блокируют в организме витамин С, без которого не происходит ни одна биоэнергетическая реакция? Вот почему мы считаем что БАД нужны больным, спортсменам во время состязаний, т. е. в экстремальных ситуациях, и которые должны назначаться врачом, в остальных случаях организм сам должен, конечно с вашей помощью, добывать все необходимое для своей жизнедеятельности. Только в этом случае можно достичь сбалансированности всех составляющих организма и добиться бесперебойной его работы. БАД, да еще не согласованная с врачом, может даже усугубить ваше состояние, создавая иллюзию благополучия, а в последующем привести к различным отклонениям. Чем человек будет ближе к природе, тем меньше ему потребуется различного рода БАД.

Приведем еще один случай из практики космической медицины. Как вы знаете, один из авторов книги при создании космической больницы решал и вопросы фармакологического обеспечения космонавтов, которые не давали бы каких-либо побочных действий, а только ожидаемый результат. В первой книге мы рассказывали о фенибуте, этом уникальном препарате, являющемся аналогом гаммааминомасляной кислоты, регулирующей нервные процессы в организме. Являясь одним из не имеющих аналогов транквилизаторов дневного типа, действия фенибута способствуют адекватной реакции на стрессовые ситуации и являются не только профилактическим, но и лечебным средством при любых функциональных нарушениях. Этот препарат должен был завоевать международный рынок, но т. к. он создавался группой ученых, которые были далеки от фармакологической элиты страны, которые делали все, чтобы о фенибуте знали как можно меньше, то его выпуск — ограничили.

Сейчас большое распространение в России получает препарат «Коэнзим Кью-10», предложенный Лайнусом Поллингом, изобретателем американских витаминных комплексов. Как вы уже знаете, в организме есть очень активные вещества, т. н. свободные радикалы или оксиданты, основной задачей которых является уничтожение отживших больных клеток. Плохо то, что эти клетки очень прожорливы и могут посадать даже здоровые клетки, которые в норме должны иметь собственную защиту (как охрана значимых людей), называемую антиоксидантами, которых много в растительной пище. Главным достоинством «Коэнзим Кью-10» как раз и является то, что он активный антиоксидант, регулирует окислительно-восстановительные процессы, тем самым возвращая «молодость». В частности, это вещество, вырабатываемое каждой клеткой, причастно к выработке до 95 % энергии в ней, но особенно его много в бычьем сердце, из которого его и получают.

Одновременно, совместно с Ленинградским институтом переливания крови проводилась работа по созданию препарата, обладающего сильными антиоксидантными свойствами. В начале 70-х годов уже был создан препарат, названный «цитохром–С» в жидком виде и уже разрешенный к клиническому применению, а с таблетированной формой вышла заминка. Известно, что «цитохром–С» является предпоследним звеном в цепи энергетической реакции цикла Кребса, без которого невозможно тканевое дыхание в клетке, на чем акцентировал свое внимание и Лайнус Полинг при создании «Коэнзима Кью 10». В это время шла подготовка к совместному советско-американскому полету «Союз-Аполлон». За 2 месяца до полета в Фармкомитет была послана бумага с разрешением на разовое применение «цитохрома–С» в экстремальных условиях, тем более что на большой группе добровольцев уже были проведены соответствующие испытания. В текучке дел комплектовалась бортовая аптечка космонавтов, печатались инструкции по использованию её средств, проводились занятия с космонавтами. Особенностью космонавта А.А. Леонова было то, что при физических нагрузках (велоэргометр) у него на электрокардиограмме наблюдалось снижение зубца Т, что свидетельствовало о незначительном нарушении кровоснабжения левого желудочка сердца. У спортсменов это часто бывает, ничего страшного в этом нет. Было обращено внимание Леонова на то, что если возникнут какие-либо проблемы с сердцем, то они снимаются таблетками «цитохрома–С». Незадолго до старта, часа за 4, стало известно, что на корабле вышла из строя телевизионная система. Обратились к Л.И. Брежневу с тем, чтобы задержать старт часа на 2, но т. к. у русских всегда должно быть все хорошо, то старт состоялся в назначенное время. Конструкторы думали, что в момент взлета в результате вибрации и динамических нагрузок телевидение может заработать, но не тут-то было. В то же время другой космонавт

А. Джанибеков на корабле–«дублёре» через 5–6 часов нашел причину отказа телевидения, о чем пошла соответствующая депеша космонавтам. Одно дело разобрать что-то на Земле и совсем другое – в невесомости: надо было снять обшивку, открутить много винтов, устранить причину и снова все восстановить. Дело дошло до курьеза, т. к. на корабле не оказалось изоляционной ленты, то для этой цели использовался бактерицидный лейкопластырь из бортовой аптечки. Прошло уже 24–25 часов полета и на фоне громадной физической и эмоциональной нагрузки у А. Леонова на ЭКГ зубец Т пополз вниз. «На уши» были поставлены все ведущие кардиологи, но «цитохром-С» сделал свое дело. В послеполетном периоде при анализе работ всех систем, в том числе и средств оказания медицинской помощи, обнаружилось, что разрешения на использование «цитохрома-С» Фармкомитет так и не выдал, забыл. Встал вопрос, что делать с человеком, который нарушил закон. В авиации и космонавтике известно, что в любой катастрофе виноваты два человека, врач или инженер. Во время полётов американских астронавтов у одного из них на Луне произошла практически аналогичная ситуация, которую удалось снять имеющимися в аптечке средствами. Врач, который отвечал за это, в последующем стал руководителем американской космической медицины, одним из самых уважаемых и богатых людей страны, а у нас же длительное время решался вопрос, как наказать человека, который фактически превратил катастрофу в космическом полёте. Чувствуете разницу в подходе к делу?

Если же вернуться к «цитохрому-С», то после этого все работы по дальнейшему усовершенствованию и промышленному выпуску были прекращены. «Цитохрома-С» не стало в СССР и в России нет, а он мог бы прославить её, тем более что технология его получения из сердец молодых лошадей, а затем и других животных была до изумления проста. Сейчас остались только документы

в Фармкомитете, но по сложившейся в стране традиции «чужим» препаратом, будь он хоть золотым, никто заниматься не будет. Теперь же мы довольствуемся заморским препаратом, хотя он и хорош, но ведь прибыль получает не наша страна.

Заканчивая книгу, хочется сказать: то, что вы делаете в жизни, зависит только от вас. Какую информацию притягиваете к себе (как бы не упасть, сдам экзамен – не сдам, удастся дело - или нет), таков будет и результат. Уже с детства надо приучать ребенка только на позитивный настрой: он хороший, умный, конечно, прилагая усилия для постоянного самосовершенствования, в первую очередь любить себя, причины неудач искать в себе, никого не обвиняя в происшедшем. Если к сказанному вы еще воспользуетесь данными в наших книгах рекомендациями, здоровье не обойдет вас стороной и сделает вашу жизнь счастливой, независимо ни от каких социальных и других катаклизмов.

На Руси есть хорошая пословица: «На Бога надейся, но и сам не плошай». Не зря Иисус Христос говорил, что Богу не нужны рабы, просить у него помощи бесполезно, он может только «выслушать, облегчить» вашу душу, остальное зависит только от вас. ***Поэтому надо пребывать не в вере в Бога, а это Космический Разум, единое информационное поле Вселенной, а в вере в добрые начала, которые сделают вашу жизнь, несмотря на жизненные коллизии, счастливой.*** Не в этом ли и состоит человеческое счастье вечно: карабкаться по ее тернистым тропам, достигая очередной вершины, как альпинист, испытывая восторг, удовлетворение от содеянного, радуясь возможности реализации заложенных в вас возможностей, что, конечно, должно быть поддержано и обеспечено государственным строем, заинтересованным в его процветании, благополучии и здоровье нации.

Главное в жизни — здоровье, бесценное богатство, которое мы начинаем ценить, только тогда, когда его теряем.

Нам пришлось побывать во многих странах и знаете на что мы, врачи, обратили внимание? Где бы то ни было никто не говорит о проблемах со своим здоровьем ни-кому, кроме врача, который соблюдает тайну. Оказыва-ется, своими жалобами вы доставляете неприятные ми-нуты, портите настроение партнеру, что может сказаться даже на вашей карьере.Они знают, что если вы заболели, то в этом виноваты, в основном, сами. Взять любого россиянина. Придя на работу, пока он не расскажет все о своих детях и болячках, он не начнет работать.Чем боль-ше вы муссируете свои проблемы со здоровьем, тем бы-стрее вы входите в то состояние, из которого иногда нет выхода. Вы чувствуете ту разницу, где в первую очередь думают о других и не делают в первую очередь плохо себе (могут уволить с работы, кому вы нужны больной), во втором втягивают в негативную атмосферу вашего настроения других. Понаблюдайте в поликлинике за больными: пасмурные, напряженные, злобные, серые лица, обвиняющие в своих болезнях всех, кроме самих себя. Вместе с тем, болезнь – это ваша проблема, правда, ник-то в стране не учит, как их решать, тем более на фоне со-циального, экономического, политического напряжения, разобщенности близких людей, вечном пребывании в страхе и неуверенности в завтрашнем дне. Но даже на этом фоне от вашего психического настроя, уравнове-шенности зависит многое. Конечно, существующая сис-тема постепенно загоняла нас в угол. Например, территория школ имеет ограниченное пространство, физкультура ве-дется в тесном, пыльном помещении (аллергия), гуляя в тесных дворах вместе с собаками (глистная инвазия), ог-раничивая себя в движениях (сколиозы, кифозы), питаясь несочетаемыми продуктами («хот-дог» – дохлая собака), заедая мороженым и запивая консервированными напит-ками (пепси-кола — начало диабета), ранняя половая жизнь и возмужание (курение, алкоголь, наркотики), с раннего детства развитие у ребенка потребительских

интересов на фоне безответственного отношения к своим поступкам, – это все и многое другое медленно, а иногда и быстро, выводит из состояния равновесия сложнейшую систему организма, в которой все взаимосвязано и взаимозависимо. Конечно, рекомендации, данные в книге, это малая толика того, что вы должны знать, но это основа, на которой должен строиться фундамент здоровья. Сейчас на прилавках появилось много книг, в которых практически говорится об одном и том же (а в некоторых переписываются от других авторов): естественном образе жизни, макробиотике. Причем, это во многом делают люди, далекие от медицины. Настала пора объединить достижения официальной и многовекового опыта народной медицины, из которой она вышла когда-то 100–150 лет тому назад, и на основе такой интеграции создать общегосударственную оздоровительную систему. Если наш посильный труд найдет определенное место в этой системе, мы будем очень рады, но главное, чтобы от этого здоровее становился каждый из нас, общество, нация в целом. И какой путь выберете сами, зависит только от вас: нравственного, духовного возрождения, что будет характерно для грядущей эпохи Водолея, или будет превалировать потребительская сущность, которая ведет по пути насилия, унижения, предательства, разрушения человеческих ценностей. Если вспомнить нашу первую русскую конституцию, которую ввел Ярослав Мудрый, и названную им «Русская правда», то он в ней завещал потомкам: чтобы быть сильным, надо беречь и лелеять не тело, а душу. Мы же встречаем 21 век вдолбленной нам идеологией, где о душе вообще не вспоминается, а тело потеряло какие-либо ценности и ничего не стоит. Только восстановив духовную сущность и укрепив физическое тело, можно возродить нацию, её былую мощь, другого пути нет. Главное, чтобы это поняли властьимущие, которые за своими политическими, амбициозными устремлениями забыли главную христианскую заповедь

«каждый человек — неповторимая личность, которой нельзя делать то, что не хотел бы, чтобы это сделали тебе!». Пожелаем же, чтобы это произошло еще в нашей жизни, которая и так сравнительно коротка, и хочется пройти по ней, чувствуя себя ЧЕЛОВЕКОМ.

Со становлением и развитием, в чем мы не сомневаемся, альтернативных направлений в медицине — сочетания достижений официальной и многовекового опыта и традиций народной медицины, многие методы и способы которой за последние 10-15 лет востребованы, это единственный путь выхода из создавшегося в ней кризиса. В трудной борьбе за информационное выживание этому способствовали и продолжают набирать силу (объем тиража) такие издания, как журналы «Будь здоров», редактор С.Шенкман, индекс 73035, «Свет, Природа и человек», редактор З. Захаренков, индекс 70703,71167 и газета, фактически журнал, «Здоровый образ жизни», редактор А. Корпунов, индекс 50153. Это, пожалуй, 3 из немногих изданий, в которых вы найдете современное представление о человеке, его взаимодействии с Природой и многие рецепты наших бабушек. Вот почему мы ограничиваемся в своих книгах только наиболее распространенными заболеваниями и общедоступными методами и средствами лечения.

Как вы поняли из книг, здоровье — это не сиюминутное состояние, а длительный, сложный экологический, социальный, этнический и др. процессы, в которых прослеживается тесное взаимодействие поколений, в котором каждый из нас отвечает за судьбу последующего. Сегодня ученым хорошо известно, что наше здоровье зависит от трех составляющих или рубежей обороны: иммунной системы, свободно-радикального баланса и нервной системы. Основная же причина лежит в зашлакованности из-за состояния желудочно-кишечного тракта теории помойного ведра (и выхода из строя соединительно-тканных структур организма, жидкостной среды, костей, мышц).

Именно тогда, когда в этих системах происходят какие-либо нарушения, наше здоровье и жизнь подвергаются опасности. Все остальное является вторичным, Все методы и средства, с которыми вы познакомились, позволят восстановить и поддерживать указанные системы на должном физиологическом уровне, что является гарантом вашего здоровья, но требующего постоянного внимания и усилий, тренировок, соответствующего образа жизни. В быстроте течения жизни одного человека, в которой он в спешке старается сделать максимум удовлетворения от содеянного, мы не задумывается о его последствиях. Болезнь – это результат собственного невежества на всех уровнях, которое мы прикрываем созданием новых направлений по исправлению возникших проблем. Чем больше мы нарушаем законы Природы, тем больше боремся с тем, что сами породили (в частности, создаем более эффективные лекарственные средства), что в свою очередь порождает возникновение более злокачественных или возникновение неизвестных заболеваний из-за мутации и нарушения симбиоза с микробным миром, тем больше мы заходим в тупик: чаще болеем, умираем больше, чем рождаемся, а родившимся лучше бы не рождаться. Выходит, что мы собственными руками, вернее мозгами, заживо роем себе могилу.

Можете нам, как врачам, поверить, что человек, попавший в ситуацию, при которой отправляются на тот свет, вместе со своими родственниками делает все, чтобы продлить свое существование. Спрашивается, а зачем, чтобы продолжать вредить себе и окружающему миру? Сколько же надо времени человеку, чтобы он понял, что все зависит от него, его мыслей, претворенных в действия, которые делают жизнь такой, какая она есть на пределе человеческих возможностей. Безумный 20 век ознаменовался тем, что не было практически года, когда бы не убивали людей. В последнее время все внимание было приковано к событиям в Югославии (о чеченских

событиях, на Кавказе мы не говорим). Могущественные, т. н. «цивилизованные» страны, с точки зрения Вселенной показали себя варварами, всей мощью превратившими малую страну в груды развалин, тысячи убитых и обездоленных людей, разрушив прекрасные творения рук человеческих — мосты, соединявшие людей, народы, и говоря при этом, что человек разумное существо. Вам не приходила в голову мысль, где же этот разум находится, как могут люди, от которых зависит жизнь других, существовать и спать спокойно, а с трибун разглагольствуя о своей миротворческой деятельности? Когда же люди поймут, что они не разумеют что творят. Ведь психически здоровые люди делать это не должны. Что же получается, мир сошел с ума? Да нет, только части общества, которая пребывает, по земным меркам, в раю, становится скучно, и чтобы разнообразить свое существование, навязывают миру свое видение, правило жизни, забывая, что энергоинформационный процесс с отрицательным знаком также вовлечет их в пучину гибели. Мы обращаемся к властьимущим независимо какой страны: в своих действиях в первую очередь подумать о последствиях своих деяний и примерить их к себе, а потом к людям. Одна из христианских заповедей гласит: «не делай другому того, что не хотел бы, чтобы сделали тебе». Даже в природе звери без нужды не убивают себе подобных, это может делать только человек. Если вспомнить развитие нашей цивилизации в течение 20 веков, то на ее заре Иисус Христос, историчность которого признана современной наукой, обладавший высокой духовностью и сильными экстрасенсорными способностями, проповедовал принципы добра и нестяжательства, которые уже тогда входили в противоречие с законами и моралью, за что и был предан смерти.

Христос — добро (Бог), антихристос — зло (антихрист) всегда находятся рядом, между ними идет вечная борьба. Мир, в котором сам антихрист у Христа на

страже – это реальность. Вот почему не лишне напомнить вам изумительные строки Гете, в которых обобщена суть нашей жизни.

«Вот в чем я, например, не разберусь:
Душа и тело слиты нераздельно.
Так отчего же тесный их союз
Не оградил их от вражды смертельной».

Многие, обращаясь к народным целителям, как к последней инстанции, рассчитывают на какое-то чудо. Чудеса в жизни встречаются редко. Народная медицина дает вам шанс с минимальными затратами, при минимуме отрицательных эффектов, с помощью доступных и буквально находящихся под ногами средств поправить свое здоровье. Главное предупредить болезнь легче, чем ее лечить, поэтому включите свое сознание и поймите необходимость ухаживать, а не только использовать свое тело и одновременно душу. В противном случае вас ждет участковый врач, клиника и приобретение набора хвороб, которые превращают жизнь в ад. Все зависит от вас, какую дорогу изберете.

Что победит, добро или зло, это зависит только от самих людей, каждый из которых желает другому счастья и здоровья. А как это реализуется в жизни конкретно вами?

* * *

Ставя последнюю точку в книге, нельзя не подчеркнуть, что свобода как осознанная необходимость выбора, в основе которого должны лежать чистые помыслы, позволит пройти тернистый жизненный путь более достойно. На этом пути может произойти все что угодно, но сильнее врага, чем страх, в жизни нет.

Страх — это блокировка, выключение защитных иммунных сил организма, которые делают вашу болезнь неизлечимой;

Страх — это социальная, психологическая, экологическая и др. напряженности, создаваемые общественным строем как внутри страны, так и извне, порождающие незащищенность и невозможность реализовать себя как личность;

Страх — это ревность, ненависть, злоба, которые как ржавчина разъедают душу благодаря темным энергетическим «сгусткам», создающие невыносимые условия жизни;

Страх — это тревожное, негативное ожидание какого-либо события, которое, притягивая ситуацию, реализует ее со знаком минус (боимся заболеть — заболеем, боимся потерять — потеряем и т. п.);

Страх — это излишняя опека, забота о детях, воспитывающая у них «детскость» взглядов на жизнь, превращающих впоследствии их в безвольные, эгоистические существа, для которых потребительская сущность становится выше духовной;

Страх — это копание в прошлом, которого не вернешь, это «полоскание» чужого белья, когда собственное не блещет чистотой;

Страх — это путь наименьшего сопротивления, порождающий рабскую зависимость, когда человеческие ценности — достоинство, уважение и т. п., подменяются сомнительными суррогатами (алкоголь, наркотики и т. п.), развращающими душу и тело, и многое другое.

Нелишне здесь напомнить вам китайскую мудрость, которую использовали наши предки: «Господи, дай мне разум и душевный покой принять то, что я не могу сделать, силу и мужество сделать то, что могу сделать, и мудрость отличить одно от другого».

Более обобщенного взгляда на это явление, чем высказал в поэтической форме в своем стихотворении один из

народных целителей Бединский Иван Савельевич, мы не припомним.

Страх — порожденье темных сил.
Его нам с детства прививают,
И от рожденья до могил
Посредством страха управляют.
Страх в людях рабство породил,
Он их всю жизнь сопровождает.
Лишь тот, кто страх в себе убил
Свободной жизни цену знает.
Страх разрушает нервов ткань,
Парализует нашу волю.
Ему всю жизнь мы платим дань
Страданьем, бедами и болью.
Откуда ж взялся демон-страх?
От слепоты души, от непризнанья
Законов, что на небесах.
Мы не пускам их в сознанье.
И, отвергая Тонкий Мир,
Вселенной связи разрываем,
Скликаем нечистей на пир.
Болезням двери отворяем.
Поймите, люди, что не Бог
Творец несчастий и мучений.
Страданья наши есть итог
Духовных правонарушений.
И суть Законов Духа в том:
Будь честен в мыслях, деле, слове, –
Что мы посеем — то пожнем,
Поступок следствие готовит.
За муки Бога не гневи,
Не от него твои страданья
Ты жнешь плоды свои, они
Даны тебе для осознанья.

И будет так из века в век
Для всех родов и поколений:
Созданье Бога — человек
Творец грядущих поколений.
Перед творцом отступит страх.
Все, что назначено судьбою,
Во всех системах и мирах
Произойдет само собою.
С Вселенной связь восстанови!
Живи свободно и достойно.
Пред силой Света и Любви
Отступят бедствия и войны.
И благодатный ступит век
На нашу грешную планету,
Не знает Страха человек
В своем стремленьи к Свету.

Как ни банально это звучит, но жизнь — это борьба за существование, а для России и выживание, основу которой должно составлять преобразование духовной сущности людей, направленное на созидательный процесс.

Иного пути нет, иначе болезнь, распад... А жизнь, несмотря ни на что, прекрасна, только это мы осознаем, когда уже поздно.

Здоровье (я, семья, общество) находится в Ваших руках. Счастья, оптимизма и здоровья Вам. С ними в Ваше тело, душу, дом войдут согласие и мир.

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Н. М. Амосов. Преодоление старости. М., 1996 г.

Ю. А. Андреев. Мужчина и женщина.СПб.,1999 г.

А. С. Залманов. Тайная мудрость человеческого организма. М.–Л., 1966 г.

Я. Монделичкова–Машлова. Сексуальность в супружестве. М., 1991 г.

Л. А. Фотина, Р. В. Беледа. О самом сокровенном. М., 1990

С. Б. Шенклин. Мы — мужчины. М., 1998 г.

В. Д. Щабетник. Фрактальная физика. Введение в новую физику, 2-е изд.на русск. и англ. яз.Каунас, 1994 г

В. Д. Щабетник. Фрактальная физика. Журнал «Физическая мысль России». № 1, 1994 г., №3, 1995 г., № 2, 3, 4,1996 г., № 1, 2, 3, 1997 г., № 1, 2, 1998 г.

В. Д. Щабетник. Фрактальная физика как учение о Мироздании. «Физичесое образование в ВУЗах», № 3, т. 4, 1998 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ЭНДОЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ 3
БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА.
БЕССМЕРТНА ЛИ ДУША? 17
ГЕОПАТОГЕННЫЕ ЗОНЫ 32
ВЫ ВСТРЕЧАЛИСЬ С ВАМПИРОМ? 38
ЧТО ТАКОЕ ЧАКРЫ? 40
СГЛАЗ, ПОРЧА. ЧТО ЭТО ТАКОЕ? 45
БЕССМЕРТНА ЛИ ДУША 47
ЗАКОН ГАРМОНИИ 71
ЗАКОН ПЕРЕВОПЛОЩЕНИЯ
(РЕИНКАРНАЦИЯ) 77
ПРОСТЫЕ СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ ОТ СГЛАЗА 98
ГАРМОНИЯ СЕКСУАЛЬНЫХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ
КАК АСПЕКТ ЗДОРОВЬЯ 101
ЧТО ТАКОЕ ОРГАЗМ? 128
КЛИМАКС ЭТО БОЛЕЗНЬ? 149
УРИНОТЕРАПИЯ 157
ВОЗДУХ, ВОДА, ДВИЖЕНИЕ —УНИВЕРСАЛЬНЫЕ
СРЕДСТВА ЗАКАЛИВАНИЯ ОРГАНИЗМА 171
РЕКОМЕНДАЦИИ 188
ОТЗЫВЫ БОЛЬНЫХ 216
ЗАКЛЮЧЕНИЕ 222
ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА 238

Фирма «ДИЛЯ»

Приглашает к сотрудничеству
книготорговые организации, авторов и правообладателей.

Санкт-Петербург: **Тел\Факс: (812) 314-05-61**
Москва: **Тел: (095) 261-73-96**

191186, РОССИЯ, Санкт-Петербург, ул. Казанская, д. 15
E-Mail: dylia@comset.net

Приглашаем к сотрудничеству!!!

Неумывакин Иван Павлович
Неумывакина Людмила Степановна

ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ

Книга вторая

4-е издание

Ответственный редактор — *С. С. Раимов*
Корректор — *А. С. Даниелян*
Оформление — *В. К. Муганлинский*
Оригинал-макет — *К. Б. Муганлинский*

«Фирма «ДИЛЯ»
191186, Санкт-Петербург, ул. Казанская д.15

Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции ОК-005-93, том 2: 953000 — книги, брошюры.

ЛР № 065767 от 04.04. 98 «Диля Паблишинг»

Подписано в печать 02.12.99. Формат 84x108$^{1}/_{32}$. Тираж 12 000 экз.
Заказ № 89.

Отпечатано с готовых диапозитивов
в ГИПК «Лениздат» (типография им. Володарского)
Министерства Российской Федерации по делам печати,
телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

Неумывакин Иван Павлович — профессор, доктор медицинских наук, действительный член Международной Академии энергоинформационных наук, заслуженный изобретатель России, лауреат Госпремии, член президиума профессиональной медицинской ассоциации народных целителей России, с 1959 года в течении 30 лет занимался вопросами космической медицины: разработкой методов и средств оказания медицинской помощи космонавтам при полётах различной продолжительности.

Неумывакина Людмила Степановна — врач. В течении 24 лет сочетала работу терапевта и врача-рентгенолога, освоила различные способы диагностики, мануальную терапию, способы очистки организма от шлаков, стала биоэнерготерапевтом, экстрасенсом-инструктором международного класса.

ЕСЛИ ПРОЧИТАВ ЭТУ КНИГУ, ВЫ ПОСЛЕДУЕТЕ ДАННЫМ В НЕЙ РЕКОМЕНДАЦИЯМ, ТО СТАНЕТЕ

толстый — стройным,
злой — добрым,
кривой — прямым,
горбатый — элегантным,
больной — здоровым.

ВСЁ В ВАШИХ РУКАХ!

ISBN 5-8174-0064-2